

Yogi baten autobiografia

Jarraituta

saiakera espiritualak

Paramhansa Yogananda

Autobiografia -ren bat Yogia



**P
aramhansa
ren eskutik
Yogananda**

HITZAURREKOAREN HITZALDEAREKIN

.WY Evans-Wentz, MA, D.Litt., D.Sc

Salbuespen"
bai ikusi
zeinuak eta
mirariak, ez
duzue
sinetsiko». —
.Joan 4:48

Copyright
, 1946,
Paramha
nsaren
eskutik
Yoganand
a

Dedikatua Hara The Memoria -ren

LUTERO BURBANK

Bat Amerikarra Santua

Edukia

Hitzaurrea, WY EVANS- WENT Z-rena

Ilustrazioen zerrenda

Kapitulua

1. Nire gurasoak eta bizitzaren lehen urteak
2. Amaren heriotza eta amuletoa
3. Bi gorputz dituen santua (Swami Pranabananda)
4. Himalaiarako hegaldi etena
5. "Lurrin Santu" batek bere mirariak egiten ditu
6. Tigre Swami
7. Santu lebitatzailea (Nagendra Nath Bhaduri)
8. Indiako zientzialari eta asmatzaile handia, Jagadis Chandra Bose
9. Zoriontsu Debotoa eta bere Erromantze Kosmikoa (Mahasaya Maisua)
10. Yukteswar, ezagutzen dut
11. Bi mutil dirugabe Brindabanen
12. Urteak nire maisuaren ermitan
13. Lo gabeko santua (Ram Gopal Muzumdar)
14. Kontzientzia Kosmikoaren Esperientzia Bat
15. Azalorearen lapurreta
16. Izarrak gaintitzen
17. Sasi eta Hiru Zafiroak
18. Mahomatar mirari-egile bat (Afzal Khan)
19. Nire Gurua aldi berean agertzen da Kalkutan eta Serampore- n
20. Ez dugu Kashmir bisitatzen
21. Kaxmir bisitatzen dugu
22. irudi baten bihotza
23. Nire Unibertsitateko Titulua
24. Ordenako Monje Bihurtzen Naiz
25. Nalini arreba

- 26. Yogaren Zientzia
- 27. Ranchin Yoga Eskola baten sorrera
- 28. Kashi, Berjaioa eta Beraurkitua

29. [Rabindranath Tagore eta biok eskolak alderatzen ditugu](#)
30. [Mirarien Legea.](#)
31. [Elkarriketa Ama Sakratuarenkin \(Kashi Moni Lahiri\)](#)
32. [hildakoen artetik piztu da](#)
33. [India modernoko Yogi-Kristoa](#)
34. [Himalaian jauregi bat gauzatzea](#)
35. [Lahiri Mahasayaren Kristoren antzeko bizitza](#)
36. [Babajiren Mendebaldeko Interesa](#)
37. [Amerikara noa](#)
38. [Luther Burbank -- Amerikar santu bat](#)
39. [Bavariako katoliko estigmatista](#)
40. [Indiara itzultzen naiz](#)
41. [Idilio bat Hego Indian](#)
42. [Azken egunak nire Guruarekin](#)
43. [Yuktaswarren berpizkundea](#)
44. [Mahatma Gandhirekin Wardha- n](#)
45. ["Poztasunez betetako ama" bengalera \(Ananda Moyi Ma\)](#)
46. [Inoiz jaten ez duen emakume yogia \(Giri Bala\)](#)
47. [Mendebaldera itzultzen naiz](#)
48. [Kaliforniako Encinitasen](#)

ILUSTRAZIOAK

[Aurpegia](#)

[Indiako](#)

[mapa](#)

[Nire Aita, Bhagabati Txaran](#)

[Ghosh Nire ama](#)

[Swami Pranabananda, "The Santua -rekin Bi](#)

[Gorputzak" Nire anaia nagusia, Ananta](#)

[Jaialdia Bilera barruan hau Patioa -ren nire Guruak Ermita barruan](#)

["Serampore Nagendra Nath Bhaduri, "Santua lebitatzailea](#)

[urterekin 6](#)

[Jagadis Chandra Bose, zientzialari ospetsua](#)

[Bi Anaiak -ren Teresa Neumann, -n](#)

[Konnorsreuth Mahasaya maisua, deboto](#)

[zoriontsua](#)

Jitendra Mazumdar, nire Laguna piztuta hau "Dirurik gabe" "Proba" -n
"Brindaban Ananda Moyi Ma, "Poztasunez Betetako Ama

Himalaiarra Kobazuloa
Okupatuta egilea Babaji Sri
Yukteswar, Nire Maisua

Autoerrealizazio Beka, Los Angeleseko Egoitza Nagusia

Autoerrealizazioa Eliza -ren Guztiak Erljioak,
Hollywood Nire Guruaren itsasertzeko ermita
Purin

Autoerrealizazioa Eliza -ren Guztiak Erljioak,
San Diego Nire ahizpak -- Roma, Nalini eta
Uma

Nire arreba Uma

Jauna Shiva bezala bere alderdian

Yogoda Matematika, Ermita -n
Dakshineswar Ranchi Eskola, Eraikin
Nagusia

Kashi, Berjaioa eta Beraurkitua

Bishnu, Motilal Mukherji, nire aita, Wright jauna, TN Bose, Swami
Satyananda Taldea -ren Ordezkariek ra hau Nazioartekoa Kongresua -ren
Erlijosoa Liberalak, Boston, 1920an Guru eta dizipulu bat antzinako ermita
batean

Babaji, hau Yogi-Kristo -ren Modernoa
India Lahiri Mahasaya

A Yoga Klasea barruan
Washingtonen, DC Luther
Burbank

Teresa Neumann -ren Konnersreuth,
Bavaria Agrako Taj Mahal

Shankari Maiatza Jiew, Bakarrik Bizi Dizipulua -ren hau bikaina
Trailanga Swami Krishnananda bere lehoi eme otzanarekin

Taldea piztuta hau Jatetxea Patioa -ren nire Guruak
Serampore Ermita Bletch andereñoa, Wright jauna eta
ni neu -- Egipton

Rabindranath Tagore

Swami Keshabananda, -n bere Ermita barruan
Brindaban Krishna, Indiako antzinako profeta

Mahatma Gandhi, Wardha- n

Giri Bala, hau Emakumea Yogia MOE
Inoiz ez Janariak EE Dickinson jauna

Nire Gurua eta Neu

neu Ranchiko

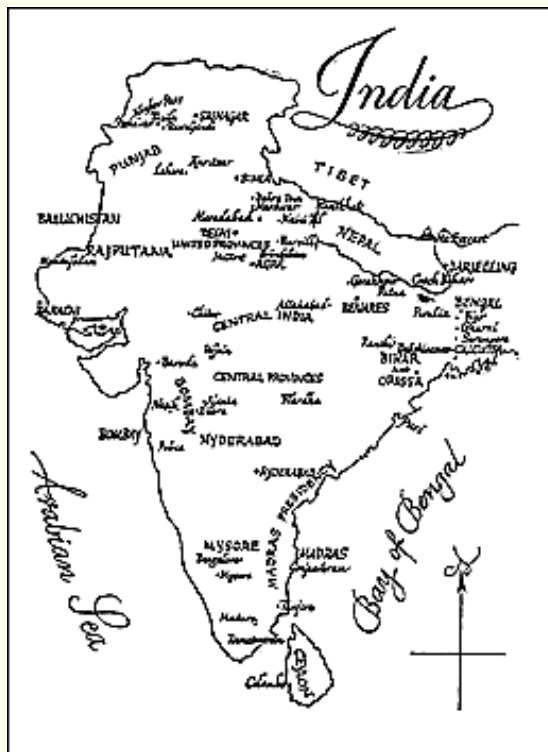
ikasleak Encinitas

Konferentzia barruan San

Frantzisko Swami

Premananda

Nire Aita



Mapa -ren India

HITZAURREA

.Egilea: WY EVANS-WENTZ, MA, D.Litt., D.Sc

Jesus Unibertsitatea, Oxforden;

Egilea *Hildakoen Tibeteko*

Liburuari buruz , Tibeteko

,Milarepa Yogi Handia

.*Tibetar Yoga eta Doktrina Sekretuak*, etab

Autobiografiaren balioa asko areagotzen da Indiako jakintsuei buruzko ingelesezko liburu gutxietako bat delako, kazetari edo atzeritar batek idatzi ez duena, baizik eta haien arraza eta prestakuntza bereko norbaitek idatzia; laburbilduz, yogiei *buruzko liburu bat*, *yogi batek* idatzia. Bereziki gertatutakoaren lekuko gisa kontatua ... bizitzak eta botereak -ren modernoa

Hindua santuak, hau liburu du garrantzia biak garaiz eta betierekoa. Bere egile ospetsuari,

Indian zein Amerikan ezagutzeko plazerra izan dudanari, irakurle guztiek eskerrak eman diezazkioketela. Bere bizitza-dokumentu ezohikoa, zalantzarik gabe, Mendebaldean argitaratu den hinduen gogoaren eta bihotzaren sakontasunaren eta Indiaren aberastasun espiritualaren .agerikoenetako bat da

Tibeteko Yoga eta Doktrina Sekretuen azalean . **1-1** Purin, Orissan, Bengalako badian, Sri Yukteswarrekin topo egin nuen. Garai hartan, itsasertzetik gertu zegoen ashrama lasai baten burua zen, eta batez ere talde baten prestakuntza espiritualetan aritzen zen. -ren gazte dizipuluak. Bera adierazita gogotsu interes barruan hau ongizate -ren hau jendea -ren hau Batuak Estatuak eta Amerika osokoak, eta Ingalaterrakoak ere bai, eta bere dizipulu

nagusiaren, Paramhansa Yoganandaren, urrutiko jardueri buruz galdetu zidan, batez ere Kalifornian egindakoei buruz; oso maite zuen eta 1920an Mendebaldera bere ordezkari gisa .bidali zuen

.bere begirunearen merezi zuena

Berez, jarraitzaileak eman zitzaizkion. Ezagutzen zuen pertsona orok, bere komunitatekoak izan edo ez, oso estimatua zuen. Biziki gogoratzen dut bere irudi altu, zuzen eta aszetikoa, munduko bilaketak ukatu dituen norbaiten azafrai koloreko jantziarekin jantzita, ermitaren sarreran niri ongietorria emateko zutik zegoela. Ile luzea eta kizkur samarra zuen, eta aurpegia bizarduna. Gorputza gihartsu eta sendoa zuen, baina argala eta ondo eratua, eta bere urratsa energetiko. Bera izan hautatua bezala bere leku -ren lurreko bizileku hau santu Puri hiria, Indiako probintzia guztietako hindu jainkotiar ugari egunero erromes joaten diren Jagannath tenplu ospetsura, "Munduko Jauna". Purin izan zen Sri Yukteswarrek bere begi hilkorrak itxi zituenean, 1936an, izatearen egoera iragankor honen eszenei eta aurrera egin zuenean, bere enkarnazioa garaipen-ospakizunera eramane zela jakinda. Pozten naiz, benetan, testigantza hau jaso ahal izateaz. Ra hau altua pertsonaia eta santutasuna -ren Sri Yukteswar. Edukia Ra geratu urrun -tik hau jendetza, Erreparorik gabe eta lasaitasunez eman zitzaion bere burua Paramhansa Yogananda bere dizipuluak bizitza ideal horri. mendeetan zehar deskribatu du orain. WY EVANS-WENTZ

1-1 Oxfordeko Unibertsitateko Argitaletxea, 1935.

Egilearen Eskerrak

Oso eskertuta nago LV Pratt andereñoari liburu honen eskuizkribuan egindako lan editorial luzeagatik. Nire eskerrak. dira zor baita ere Ra Andereñoa Ruth Zahn -rako prestaketa -ren hau indizea, Ra Jauna C. Rikardo Wright -rako bere Indiako bidaia-egunerokoaren zatiak erabiltzeko .baimena, eta WY Evans-Wentz doktoreari iradokizun eta animoengatik

PARAMHANSA YOGANANDA

*1945eko urriaren 28a,
Encinitas, Kalifornia*

KAPITULUA: 1

Nire Gurasoak eta Goiztiarra Bizitza

Indiako kulturaren ezaugarri bereizgarriak egia gorenaren bilaketa eta horrek dakarren dizipulu-gurua izan dira aspalditik 1-2 harremana. Nire bideak Kristoren antzeko jakintsu batengana eramanez ninduen, zeinaren bizitza ederra mendeetan zehar zizelkatuta zegoen. Indiako maisu handienetako bat izan zen.

gainerako aberastasuna. Belaunaldi bakoitzean agertuz, beren lurraldea Babilonia eta Egiptoren patuaren aurka gotortu dute.

Nire lehen oroitzapenek aurreko enkarnazio baten ezaugarri anakronikoak estaltzen dituztela aurkitzen dut. Bizitza urrun baten oroitzapen argiak etorri zitzaizkidan burura, yogi baten **1-3**. Himalaiako elurren artean. Iraganaren zertzelada hauek, lotura dimentsiogabe baten bidez, etorkizunaren zertzelada bat ere eman zidaten.

Haurtzaroaren umiliazio babesgabeak ez dira nire burutik uxatu. Ibili edo askatasunez adierazi ezin nuela kontziente nintzen haserre bizian. Otoitz-boladak sortu zitzaizkidan barruan nire gorputz-inpotentziaz jabetu nintzenean. Nire bizitza emozional sendoak isilpeko forma hartu zuen hizkuntza askotan hitz gisa. Hizkuntzen barne-nahasmenaren artean, nire belarria pixkanaka ohitu zen nire herriaren bengalerazko silabetara. Haur baten adimenaren esparru liluragarria! helduek jostailuetara eta behatzetara mugatuta uste dute.

Hartzidura psikologikoak eta nire gorputz erantzungabeak negar temati askotara eraman ninduten. Gogoratzen dut nire atsekabearen aurrean familiak sentitzen zuen nahasmena. Oroitzapen zoriontsuagoak ere badatoz nire buruarekin: amaren laztanak, eta esaldi xuxurlatuak eta urrats txikiak egiteko lehen saiakerak. Garaipen goiztiar hauek, normalean azkar ahazten direnak, autokonfiantzaren oinarri naturala dira.

Nire oroitzapen urrunak ez dira bakarrak. Yoga askok beren autokontzientzia mantendu dutela ezagutzen da, "bizitza" eta "heriotza" arteko trantsizio dramatikoak etenik gabe. Gizakia gorputz bat besterik ez bada, haren galerak identitatearen azken aldia markatzen du. Baina milurtekoetan zehar profetek egia esan bazuten, gizakia funtsean gorputzik gabekoa da. Giza egoismoaren muin iraunkorra aldi baterako bakarrik lotuta dago zentzumen-pertzepzioarekin.

Haurtzaroko oroitzapen arraro baina argiak ez dira oso arraroak. Hainbat lurraldetan egindako bidaiak entzun ditut gizon-emakume zintzoen ahotik datozen lehen oroitzapenak.

XIX. mendeko azken hamarkadan jaio nintzen, eta nire lehen zortzi urteak Gorakhpurren eman nituen. Hau izan zen nire jaioterria, Indiako ipar-ekialdeko Probintzia Batuetan. Zortzi seme-alaba ginen: lau mutil eta lau neska. Ni, Mukunda Lal Ghosh **1-4**, bigarren semea eta laugarren haurra nintzen.

Aita eta ama bengalarrak ziren, *kshatriya* kastakoak. **1-5** Biak santutasun izaeraz bedeinkatuak ziren. Elkarren arteko maitasuna, lasaia eta duina, ez zen inoiz modu arin batean adierazten. Gurasoen harmonia perfektua zen zortzi bizitza gazteen nahasmen birakariaren erdigune lasaia.

Aita, Bhagabati Charan Ghosh, jatorra, serioa eta batzuetan zorrotza zen. Oso maite genuen arren, gu, haurrek, errespetuzko distantzia bat mantentzen genuen. Matematikari eta logikari bikaina zen, eta batez ere bere adimenak gidatzen zuen. Baina ama bihotzen erregina zen, eta maitasunaren bidez bakarrik irakasten zigun. Aita hil ondoren, aitak bere barne-samurtasun handiagoa erakutsi zuen. Orduan ohartu nintzen bere begirada askotan nire amaren begiradan eraldatzen zela.

Amaren aurrean dastatu genuen idatzi santuekin izandako lehen ezagutza gozomingotsa. Istorioak... hau *Mahabharata* eta *Ramayana* **1-6** ziren baliabidez deitua ra elkartu hau premiak

-ren diziplina. Argibideak eta zigorra joan zen eskua barruan eskua.

Amak egunero egiten zigun errespetu keinu bat Aitaren aurrean, arratsaldero arretaz janzen gintuen bulegotik etxera ongi etorria emateko. Bere kargua Bengal-Nagpur Trenbideko presidenteordearen antzekoa zen, Indiako konpainia handienetako bat. Bere lanak bidaiatzea eskatzen zuen, eta gure familia hainbat hiritan bizi izan zen nire haurtzaroan.

Amak eskua zabalik zuen behartsuei laguntzeko. Aita ere jatorra zen, baina legearekiko eta ordenarekiko zuen errespetua aurrekontura ere hedatzen zen. Hamabostaldiz, amak aitaren hileko diru-sarrerak baino gehiago gastatu zuen pobreak elikatzen.

«Eskatzen dizudan guztia, mesedez, zure ongintzako lanak muga arrazoizko baten barruan mantentzea da». Senarraren errieta leun bat ere mingarria izan zen amarentzat. Aldaketa-gurdi bat eskatu zuen, haurrei desadostasunik adierazi gabe.

"Agur;" Ni naiz joango urrun ra nire amaren etxea." Antzinakoa ultimatuma!

Harrituta negarrez hasi ginen. Amaren osaba garaiz iritsi zen; aholku jakintsu batzuk xuxurlatu zizkion aitari, zalantzarik gabe mendeetan zehar jasoak. Aitak adiskidetzeko zenbait ohar egin ondoren, amak pozik utzi zuen taxia. Horrela amaitu zen nire gurasoen artean ikusi nuen arazo bakarra. Baina eztabaida bereizgarri bat gogoratzen dut.

«Mesedez, eman ieza dazu hamar errupia etxera iritsi berri den emakume zorigaiztoko batengatik». Amaren irribarreak berezko konbentzimendua zuen.

«Zergatik hamar errupia? Bat nahikoa da». Aitak justifikazio bat gehitu zuen: «Aita eta aitona-amonak bat-batean hil zirenean, pobreziaren lehen zaporea izan nuen. Nire gosari bakarra, eskolara oinez joan aurretik, platano txiki bat zen. Geroago, unibertsitatean, hain behar handia nuen, ezen epaile aberats bati hilean errupia bat emateko laguntza eskatu nion. Uko egin zidan, errupia bat ere garrantzitsua dela esanez».

«Zein mingots gogoratzen duzun errupia horren ukapena!» Amaren bihotzak berehalako logika izan zuen. «Nahi al duzu emakume honek ere mingarri gogoratzea premiaz behar dituen hamar errupiak ukatzea?»

«Irabazi duzu!» Senar garaituen keinu oroigarriarekin, zorroa ireki zuen. «Hemen duzu hamar errupia biko billete bat. Eman iezaiozu nire borondate onez».

Aitak edozein proposamen berriri "Ez" esaten zion lehenengo. Emakume ezezagunarekiko zuen jarrera... hain erraz lortu zuen Amaren sinpatia ohiko zuhurtziaren adibide bat zen. Berehalako onarpenarekiko abertsioa -Mendebaldeko

frantziar pentsamoldearen tipikoa- benetan "egoki hausnarketaren" printzipioa ohoratzea baino ez da. Aita beti arrazoizkoa eta orekatua iruditu zitzaidan bere epaiketetan. Baldin eta... Nire eskaera ugariak argudio on batekin edo birekin indartu zitzakeen arren, beti jartzen zuen helburu preziatua nire eskura, oporraldi bat edo motozikleta berri bat izan.

Aita diziplina zorrotza ezartzen zien seme-alabei lehen urteetan, baina haren jarrera... bera benetan espartarra zen. Ez zen inoiz antzokira joaten, adibidez, baina hainbat praktika espiritualetan eta *Bhagavad gita irakurtzean bilatzen zuen aisialdia* . **1-7** Luxu guztiak baztertuz, itsasten zen ra bat zaharra bikotea -ren oinetakoak arte haiek ziren alferrikakoa. Bere semeak erosi automobilak ondoren Jendearengana iritsi ziren, baina aita beti pozik zegoen tranbiaz egunero bulegora joateko. Boterearen mesedetan dirua metatzea arrotza zitzaion. Behin, Calcutta Urban Bank sortu ondoren, uko egin zion bere buruari onura ateratzeari bertako akziorik edukitzeaz. Bere denbora librean herritarren betebeharrak bat bete nahi zuen, besterik gabe.

Aita pentsioarekin erretiratu eta urte batzuetara, kontu-hartzaile ingeles bat iritsi zen Bengala-Nagpur Trenbide Konpainiaren liburuak aztertzerako. Harrituta geratu zen ikertzaileak aitak ez zuela inoiz atzeratutako hobariak eskatu aurkitu zuen.

"Berak egin hau lan -ren hiru gizonak!" hau kontulari esan hau enpresa. "Berak du errupiak 125.000 (buruz 41.250 dolar) zor zaizkion kalte-ordain gisa". Funtzionarioek zenbateko horren txakea eman zioten aitari. Hain gutxi pentsatu zuen, ezen familiari egindako edozein aipamen ahaztu baitzion. Askoz geroago, nire anaia gazteenak, Bishnuk, galdetu zion, bankuko laburpen batean gordailu handia ikusi baitzuen.

«Zergatik poztu behar da irabazi materialarekin?», erantzun zuen aitak.
«Zuzentasunaren helburua bilatzen duena ez dago irabaziarekin pozik, ezta galerarekin etsita ere. Badaki gizakia dirurik gabe iristen dela mundu honetara, eta errupia bakar bat ere gabe joaten dela».



AITA

Bhagabati Txaran Ghosh
A Dizipulua -ren Lahiri Mahasaya

Ezkontza-bizitzaren hasieran, nire gurasoak maisu handi baten dizipulu bihurtu ziren, Benaresko Lahiri Mahasayarena. Kontaktu honek Aitaren izaera aszetikoa indartu zuen. Amak aitoren harrigarria egin zion nire arreba zaharrenari, Romari: "Zure aita eta biok urtean behin bakarrik bizi gara elkarrekin senar-emazte gisa, seme-alabak izateko helburuarekin".

Aitak Lahiri Mahasaya lehen aldiz ezagutu zuen Abinash Baburen bidez, 1-8 urte zituela. Bengala-Nagpur trenbidearen Gorakhpur bulegoko langilea. Abinashek nire belarri gazteak santu indiar askoren istorio liluragarriekin irakatsi zituen. Beti amaitzen zuen bere guruaren aintza gorenari omenaldia eginez.

"Entzun al duzu inoiz zure aita Lahiri Mahasayaren dizipulu bihurtu zeneko aparteko inguruabarren berri?"

Uda arratsalde lasai batean izan zen, Abinash eta biok nire etxeko konderrian eserita geundela, galdera interesgarri hau egin zidanean. Burua astindu nuen irribarre batekin, irrikaz.

"Duela urte batzuk, zu jaio baino lehen, nire goi-mailako ofizialari -zure aitari- eskatu nion astebeteko baimena emateko Gorakhpurren eginkizunetatik, Benaresen nire gurua bisitatu ahal izateko. Zure aitak nire plana iseka egin zuen."

«'Erligio fanatiko bihurtuko zara?' galdetu zuen. 'Aurrera egin nahi baduzu, kontzentratu zaitez bulegoko lanean.'»

"Egun hartan, basoko bide batetik etxera bidean triste nindoala, zure aita palankin batean topatu nuen. Morroiak eta gurdia agurtu zituen, eta nire ondoan jarri zen. Kotsolatu nahian, munduko arrakasta lortzeko ahaleginaren abantailak adierazi zizkidan. Baina nagi entzun nion. Bihotza errepikatzen ari zitzaidan: 'Lahiri Mahasaya! Ezin dut bizi zu ikusi gabe!'"

"Gure bideak zelai lasai baten ertzero eramán gintuen, non arratsaldeko eguzki izpiek belar basatiaren uhin altua koroatzen zuten oraindik. Miresmenez gelditu ginen. Han, zelai horretan, guregandik metro gutxira, nire guru handiaren itxura agertu zen bat-batean! 1-9"

«'Bhagabati, gogorregia zara zure langilearekin!' Bere ahotsa oihartzun handia izan zuen gure belarri harrituetan. Etorri zen bezain misteriotso desagertu zen. Belauniko oihuka ari nintzen: 'Lahiri Mahasaya! Lahiri Mahasaya!' Zure aita geldirik egon zen une batzuetan, txundituta.

«Abinash, ez dizut *baimena ematen bakarrik, baizik eta neure buruari bihar Benaresera joateko baimena* ematen diot. Lahiri Mahasaya handi hau ezagutu behar dut, nahi duenean gauzatu daitekeena zure alde bitartekari izateko! Nire emaztea

hartuko dut eta maisu honi eskatuko diot bere bide espiritualean hasteko. Gidatuko gaituzu harengana?»

«Noski». Pozak bete ninduen nire otoitzaren erantzun miragarria ikusita, eta gertaeren bilakaera azkar eta onuragarria ikusita.

"Hurrengo arratsaldean zure gurasoek eta biok Benareserako trena hartu genuen. Hurrengo egunean zaldi-gurdi bat hartu genuen," eta orduan izan ra ibili zehar estu erreiak ra nire guruak isolatu etxera. Sartzen bere txiki

egongelan, nagusiaren aurrean makurtu ginen, bere ohiko loto-jarreran harrapatuta. Begi zorrotzak kliskatu eta zure aitari zuzendu zizkion.

«'Bhagabati, gogorregia zara zure langilearekin!' Bere hitzak bi egun lehenago Gorakhpur-eko zelaian erabili zituen berberak izan ziren. Gaineratu zuen: 'Pozten naiz Abinash ni bisitatzen utzi izanaz, eta zuk eta zure emazteak berarekin joan zaretelako'.

Kriya Yogaren praktika espiritualetan hasi zituen . " **1-10** Zure aita eta ni, anaia dizipulu gisa, lagun minak izan gara ikusmenaren egun gogoangarri hartatik. Lahiri Mahasayak interes handia izan zuen zure jaiotzan. Zure bizitza berearekin lotuta egongo da ziur aski: maisuaren bedeinkapena ez da inoiz huts egiten."

Lahiri Mahasayak mundu hau utzi zuen ni sartu eta gutxira. Bere irudia, marko apaindu batean, beti apaintzen zuen gure familiako aldarea Aita bere karguaren bidez lekualdatu zuten hirietan. Goiz eta arratsalde askotan ama eta biok inprobisatutako santutegi baten aurrean meditatzen aurkitzen genituen, sandalo-pasta usaintsuz bustitako loreak eskaintzen. Intentsu eta mirra erabiliz, baita gure debozio bateratuekin ere, Lahiri Mahasayarengan adierazpen osoa aurkitu zuen jainkotasuna ohoratzen genuen.

Bere irudi izan bat gainditzeko eragin gainetik nire bizitza. Bezala Ni hazi zen, hau pentsatu -ren hau maisu hazi zen ni. Barruan meditazioa Ni egingo nuke maiz ikusi bere argazkilari irudi agertu -tik bere txikia gorputza hartu eta, forma bizia hartuz, nire aurrean eseri zen. Bere gorputz argitsuaren oinak ukitzen saiatu nintzenean, aldatu eta berriro ere irudi bihurtuko zen. Haurtzaroa mutiko bihurtzen zen heinean, Lahiri Mahasaya aurkitu nuen eraldatua barruan nire gogoa -tik bat txiki irudia, sehaska barruan bat markoa, ra bat presentzia bizia eta argigarria. Maiz otoitz egiten nion proba edo nahasmen uneetan, barruan bere lasaigarriaren norabidea aurkitzen nuelako. Hasieran atsekabetu egin nintzen fisikoki bizirik ez zegoelako. Hasi nintzenean bere nonahikotasun sekretua ezagutzeko, ez nintzen gehiago damutu. Askotan idatzi zien hura ikusteko irrikaz zeuden bere dizipuluei: "Zergatik etorri zarete nire hezurak eta haragia ikustera, zure *kutastharen* (ikusmen espiritualaren) irismenean nagoenean?"

Zortzi urte inguru nituela bedeinkatu ninduten Lahiri Mahasayaren argazkiari esker sendatze zoragarri batekin. Esperientzia honek areagotu egin zuen nire maitasuna. Bengalako Ichapur-eko gure familia-etxean geundela, Asiako kolerak jo ninduen. Nire bizitza etsigarria zen; medikuek ezin zuten ezer egin... ezer ez. Ohe ondoan, Amak, urduri, keinu egin zidan buruaren gaineko horman zegoen Lahiri Mahasayaren argazkia ikusteko.

«Makurtu zaitez mentalki!» Bazekien ahulegia nintzela eskuak agurtzeko ere.
«Benetan zure debozioa erakusten baduzu eta barrutik belaunikatzen bazara haren aurrean, bizia salbatuko dizu!»

Bere argazkiari begiratu nion eta argi itsugarri bat ikusi nuen han, nire gorputza eta gorputz osoa inguratzen zituena. gela. Goragalea eta beste sintoma kontrolaezinak desagertu egin ziren; ondo nengoen. Berehala, makurtu eta Amaren oinak ukitzeko adina indar sentitu nintzen, bere guruan zuen fede neurgaitza eskertzeko. Amak burua behin eta berriz sakatu zuen irudi txikiaren kontra.

"Oi" Nonahiko Maisu, Ni eskerrak zu hori zure argi dauka sendatu nire seme!"

Konturatu nintzen berak ere ikusi zuela gaixotasun hilgarri batetik berehala sendatu nintzen distira argitsu hura.

Nire ondasun preziatuenetako bat argazki hori bera da. Lahiri Mahasayak berak eman zion Aitari, eta bibrazio sakratu bat darama. Argazkiak jatorri miragarria zuen. Istorioa Aitaren anaia dizipulu Kali Kumar Royrengandik entzun nuen.

Badirudi maisuak argazkiak ateratzea gorrotatzen zuela. Bere protestaren gainetik, behin talde-argazki bat atera zioten berari eta deboto talde bati, Kali Kumar Roy barne. Harrituta zegoen argazkilari batek aurkitu zuen dizipulu guztien irudi argiak zituen plakak erdian hutsune bat baino ez zuela erakusten, non arrazoiz espero zuen Lahiri Mahasayaren siluetak aurkitzea. Fenomenoa asko eztabaidatu zen.

Ganga Dhar Babu izeneko ikasle eta argazkilari aditu batek harro esan zuen iheslariaren irudia ez zela berari ihes egingo. Hurrengo goizean, gurua loto posturan eserita zegoen egurrezko banku batean... Atzean pantaila bat zuela, Ganga Dhar Babu bere ekipamenduekin iritsi zen. Arrakasta lortzeko neurri guztiak hartuta, hamabi plaka erakutsi zituen irrikaz. Bakoitzean laster aurkitu zuen egurrezko bankuaren eta pantailaren aztarna, baina berriro ere maisuaren formularioa falta zen.

Malkoz eta harrotasun hautsiarekin, Ganga Dhar Babuk bere gurua bilatu zuen. Ordu asko igaro ziren Lahiri Mahasayak bere isiltasuna hautsi zuen arte iruzkin samur batekin:

"Nik naiz Espiritua. Ahal zure kamera islatu hau nonahiko Ikusezina?"

"Ikusten dut ezin dela! Baina, Jaun Santua, maitasunez nahi dut gorputz-tenpluaren irudi bat, non, nire ikusmen estuan, Espiritu hori guztiz bizi dela dirudien."

"Zatoz, orduan, bihar goiza. Ni borondatea jarrera -rako zu."

Berriz ere argazkilariak kamera fokatu zuen. Oraingoan irudi sakratua, misteriotsu hautemanezintasunean ezkutatu gabe, zorrotz agertzen zen plakan. Maisuak ez zuen inoiz beste argazki baterako posatu; behintzat, nik ez dut bat ere ikusi.

Argazkia liburu honetan erreproduzituta dago. Lahiri Mahasayaren ezaugarri horiak, unibertsalak direnak, ez dute iradokitzen zein arrazatakoa zen. Jainkoarekin komunioarekiko zuen poz bizia apur bat agerian geratzen da... bat neurri batean enigmatikoa irribarre egin. Bere begiak, erdia ireki ra adierazi bat nominala norabidea piztuta hau kanpoko mundua ere erdi itxita dago. Lurraren erakargarritasun eskasak guztiz oharkabean, guztiz esna zegoen uneoro bere oparotasunaren bila hurbiltzen ziren bilatzaileen arazo espiritualetara.

Guruaren irudiaren indarraren bidez sendatu eta gutxira, ikuspegi espiritual

eragingarri bat izan nuen. Goiz batean ohean eserita, amets sakon batean erori nintzen.

"Zer dago begi itxien iluntasunaren atzean?" Pentsamendu sakon hau indartsu etorri zitzaidan burura. Argi-distira izugarri bat agertu zen berehala nire barne-begiratzean. Santuen jainkozko formak, mendiko kobazuloetan meditazio-jarreran eserita, zinemako irudi txikiak bezala eratu ziren...

Distira-pantaila handi bat nire kopetan.

"Nor zara zu?" esan nuen ozenki.

«Himalaiako yogiak gara». Zeruko erantzuna zaila da deskribatzen; nire bihotza hunkituta zegoen.

«Ai, Himalaiara joan eta zu bezalakoa izan nahi dut!» Ikuspena desagertu egin zen, baina zilarrezko izpiak gero eta zirkulu zabalagoetan zabaldu ziren infinituraino.

"Zer? da hau zoragarri distira?"

"Ni Iswara naiz. **1-11** «Argia naiz». Ahotsa hodei

marmarratuen antzekoa zen. «Zurekin bat izan nahi dut!»

Nire jainkozko estasiaren gutxitze moteletik, Jainkoa bilatzeko inspirazio ondare iraunkor bat berreskuratu nuen. "Betiko Poza da, betiko Poza!" Oroitzapen hau luze iraun zuen Arrapatze egunaren ondoren.

Beste oroitzapen goiztiar bat nabarmena da; eta literalki hala da, orbaina gaur egun arte daramat eta. Goizean goiz eserita geunden Uma nire arreba zaharrena eta biok gure Gorakhpur konderriko *neem* zuhaitz baten azpian. Bengalako hastapen batekin laguntzen ari zitzaidan, gertuko margosa fruitu heldua jaten ari ziren loroetatik begirada kendu ahal nuenean. Umak hankan uraska bat zuela kexatu zen, eta ukendu pote bat ekarri zuen. Ukendu pixka bat besaurrean igurtzi nuen.

"Zergatik egin zu erabili medikuntza piztuta bat osasuntsu besoa?"

"Beno, arreba, bihar irakin bat izango dudala iruditzen zait. Zure ukendua probatzen ari naiz irakinaren lekuan."

"Zu txiki gezurtia!"

"Arreba, ez egin deitu ni bat gezurti arte zu ikusi zer gertatzen da barruan hau goiza." Haserrea beteta ni.

Uma ez zen inpresionatu, eta hiru aldiz errepikatu zuen bere iseka. Irmoki erabaki bat sumatu nuen nire ahotsan poliki erantzun nuenean.

"Nire borondatearen indarraz, esaten dizut bihar besoko leku honetan bertan forunkulu handi samarra izango dudala; eta *zure* forunkula egungo tamainaren bikoitza izango dela!"

Goizak irakin sendo bat aurkitu zidan adierazitako lekuan; Umaren irakinaren tamaina bikoiztu egin zen. Oihu batekin, nire arreba amari joan zitzaion korrika.

"Mukunda nekromante bihurtu da!". Amak, larritasunez, agindu zidan ez nuela inoiz hitzen boterea erabili behar kalte egiteko. Beti gogoratu izan dut bere aholkua, eta jarraitu egin diot.

Nire irakin zen kirurgikoki tratatu. A nabarmen orbaina, ezkerrean egilea hau medikuaren ebakidura, da oraina gaur. Piztuta

nire eskuin besaurre da bat konstante oroigarri -ren hau boterea barruan gizonaren garden hitza.

Umari zuzendutako esaldi sinple eta itxuraz kaltegabe horiek, kontzentrazio sakonez esanda, bonbak bezala lehertzeko eta efektu zehatzak, kaltegarriak izan arren, sortzeko nahikoa indar ezkutu zuten. Geroago ulertu nuen hizkeran dagoen bibrazio-ahalmen lehergarria zentzuz zuzendu zitekeela norberaren bizitza zailtasunetatik askatzeko, eta horrela orbainik edo errietarik gabe funtzionatzeko.

1-12

Gure familia Lahorera joan zen bizitzera, Punjabera. Han, Kali jainkosaren itxuran Ama Jainkotiarren irudi bat eskuratu nuen. **1-13** Gure etxeko balkoian zegoen santutegi informal txiki bat santutzen zuen. Zalantzarik gabe, leku sakratu hartan esandako edozein otoitz betetzeak koroatuko zuela pentsatu nuen. Egun batean, Umarekin han nengoela, bi kometa ikusi nituen kale estu-estuaren beste aldean zeuden eraikinen teilatu gainetik hegan.

"Zergatik dira zu beraz isilik?" Uma bultzatuta ni jostalari.

«Pentsatzen ari naiz zein zoragarria den Jainkozko Ama eskatzen diodan

guztia ematea». «Bi kometa horiek emango lizkizukeela suposatzen

dut!», barre egin zuen nire arrebak iseka eginez.

"Zergatik ez?" Ni hasi zen isila otoitzak -rako haien jabetza.

Indian partidak kola eta beira lurrez estalitako sokak dituzten kometekin jokatzeko dira. Jokalari bakoitzak aurkariaren soka moztu saiatzen da. Kometa askatu bat teilatuetatik hegan egiten du; oso dibertigarria da hura harrapatzea. Uma eta biok balkoian geundenez, ezinezkoa zirudien kometa askatu bat gure eskuetara erortzea; bere soka teilatuetatik zintzilik egongo zen naturalki.

Bidearen beste aldean zeuden jokalariek partida hasi zuten. Soka bat moztu zuten; berehala, kometa nire norabidean flotatzen hasi zen. Une batez geldirik egon zen, haizearen bat-bateko baretzearen ondorioz, eta horrek... nahikoa izan zen soka aurkako etxearen gainean zegoen kaktus landare batekin ondo korapilatzea. Begizta perfektua sortu zen nire harrapaketarako. Saria Umari eman nion.

«Istripu aparteko bat besterik ez zen izan, eta ez zen zure otoitzaren erantzuna izan. Beste kometa zuregana etortzen bada, orduan sinetsiko dut». Arrebaren begi ilunek harridura gehiago adierazten zuten bere hitzek baino.

Nire otoitzak gero eta intentsitate handiagoarekin jarraitu nituen. Beste jokalaria

indarrez tiraka, kometa bat-batean galdu zuen. Niregana abiatu zen, haizean dantzan. Nire laguntzaile lagungarriak, kaktus landareak, kometa-soka beharrezko begiztan lotu zuen berriro, nik heltzeko. Nire bigarren garaikurra eman nion Umari.

«Egia esan, Ama Jainkoak entzuten dizu! Hau guztia niretzat oso harrigarria da!»
Ahizpa oreinkume beldurtu baten antzera alde egin zuen.

.....
1-2 : Espirituala irakasle; -tik Sanskritoa erroa *gu* r, ra goratu, ra altxatu.

1-3 : A praktikatzaile -ren yoga, "batasuna", antzinako Indiarra zientzia -ren meditazioa piztuta Jainkoa.

1-4 : Nire izena zen aldatu ra Yogananda noiz Ni sartu hau antzinako monastiko Swami Eskaera barruan 1914. Nire guru *Paramhansa* erlijio titulua eman zidan 1935ean (ikus [24. kapituluak](#)) eta [42](#)).

1-5 : Tradizionalki, hau bigarren kasta -ren gerlariak eta agintariak.

1-6 : Hauek antzinako epopeiak dira hau altxor -ren Indiako historia, mitologia, eta filosofia. Bat "Gizon ororen Liburutegia" bolumena,

.*Ramayana eta Mahabharata* , da bat kondentsazioa barruan Ingelesa bertso egilea Romesh Dutt (Berria York: E. P. Dutton)

1-7 *Mahabharata epopeiaren* parte den sanskritozko poema noble hau Biblia hindua da. Ingelesezko itzulpen poetikoena Edwin Arnolden *The Song Celestial* da (Filadelfia: David McKay, 75 zentimo). Itzulpen onenetako bat -rekin zehatza iruzkina da Sri Aurobindoren *Mezua -ren The Gita* (Jupiter Prentsa, 16 Semudoss San, Madras, India, 3,50 \$).

1-8 : *Babu* (Jauna) da jarrita barruan Bengalera izenak -n hau amaiera.

1-9 : The fenomenal botereak jabetu egilea bikaina maisuak dira azaldu barruan [kapitulu 30](#) , "The Zuzenbidea -ren Mirariak."

1-10 : A yogiko teknika horren bidez hau zentzumenezko iskanbila da geldirik, baimenak gizona ra lortu bat gero eta handiagoa identitatea kontzientzia kosmikoarekin. (Ikus [26. kapituluak](#) .)

1-11 : A Sanskritoa izena -rako Jainkoa bezala Erregela -ren hau unibertsoa; -tik hau erroa *Da* , ra araua. Han dira 108 izenak -rako Jainkoa barruan Hindu idatziak, bakoitzak esanahi filosofiko ñabardura desberdina duelarik.

1-12 : The infinitu potentzia -ren soinua eratorri -tik hau Sortzailea Hitza, *Aum* , hau kosmiko bibraziozko boterea atzean guztiak energia atomikoak. Argi eta garbi kontzentrazioz eta kontzentrazio sakonez esandako edozein hitzek balio materiala du. Errepikapen ozena edo isila -ren inspiratzaile hitzak du izan aurkitu eraginkorra barruan Kueismoa eta antzeko sistemak -ren psikoterapia; hau sekretu gezurak -n aurrerapausoa ematea -ren hau gogoaren bibraziozko tasa. The poeta Tennyson du ezkerrean gu, barruan bere *Memoriak* , bat kontua -ren bere kontzienteki gainditzeko gailu errepikakorra:

Esna-trantze moduko bat —hau hitz hoberik ezean— maiz izan dut, haurtzarotik, bakarrik nengoenean», idatzi zuen» Tennysonen. «Hau nire izena neure buruari isilean *errepikatzean gertatu zait* , harik eta bat-batean, indibidualtasunaren kontzientziaren intentsitatekanpo bezala, indibidualtasuna bera desegin eta desagertzen ari zela zirudien arte». mugagabea izatea, eta hau ez bat nahasita estatu baina hau argiena, hau ziurrena -ren hau ziurrena, guztiz haratago hitzak-non heriotza ia barregarria zen ezinezkoa zen-nortasunaren galera (hala balitz) ez zirudien desagertzea, baizik eta benetako bizitza bakarra". Jarraian idatzi zuen: "Ez da estasi lauso bat, baizik eta harridura transzendentearen egoera . "bat, gogoaren argitasun absolutuarekin lotuta

1-13 : Kali da bat sinbolo -ren Jainkoa barruan hau alderdi -ren betiereko Ama Natura.

KAPITULUA: 2

Nire Amaren Heriotza Eta The Mistikoa Amuletoa

Nire amaren handiena nahia zen hau ezkontza -ren nire adineko anaia. "Ai, noiz Ni

begira hau aurpegia -ren

Anantaren emaztea, zerua aurkituko dut lur honetan!" Maiz entzuten nion Amak hitz hauetan familiaren jarraitutasunaren aldeko sentimendu indiar sendoa adierazten.

Anantaren ezkontza-konpromisoa hartu zutenean, hamaika urte inguru nituen. Ama Kalkutan zegoen, ezkontzaren prestaketak pozik gainbegiratzten. Aita eta biok bakarrik geratu ginen Indiako iparraldeko Bareillyko gure etxean, aita Lahoren bi urte eman ondoren lekualdatu baitzuten handik.

Aurretik ikusia nuen nire bi ahizpa zaharren, Roma eta Umaren, ezkontza-errituen handitasuna; baina Anantarentzat, seme zaharrena zenez, planak benetan konplexuak ziren. Amak senide ugari hartzen zituen, egunero Kalkutara etxe urrunetatik iristen zirenak. Eroso hartu zituen Amherst kaleko 50. zenbakian eskuratu berri zuen etxe handi batean. Dena prest zegoen: oturuntzako jaki gozoak, Anaia emaztegaiaren etxera eramango zen tronu alaia, argi koloretsuen ilarak, kartoizko elefante eta gamelu erraldoiak, Ingalaterrako, Eskoziako eta Indiako orkestrak, artista profesionalak, antzinako erritualetako apaizak.

Aitak eta biok, festa giroan, familiarekin zeremoniarako garaiz elkartzeko asmoa genuen. Egun handiaren aurretik, ordea, ikuskari kezkagarri bat izan nuen.

Gauerdi batean Bareillyn izan zen. Gure etxetxoaren terrazan aitaren ondoan lo nengoela, ohe gaineko eltxo-sarearen dardara berezi batek esnatu ninduen. Gortina meheak ireki ziren eta amaren gorputz maitea ikusi nuen.

«Esnatu zure aita!» Bere ahotsa xuxurla bat besterik ez zen. «Hartu lehenengo tren, gaur goizeko lauretan. Korrika joan Kalkutara, ikusten banauzu!» Mamu itxurako irudia desagertu egin zen.

«Aita, aita! Ama hiltzen ari da!» Nire ahotsaren izuak berehala esnatu zuen. Negarrez eman nion albiste latza.

«Utzi axola zure haluzinazio hori». Aitak bere ohiko ukapena eman zion egoera berri bati. «Zure ama osasun bikainarekin dago. Berri txarrik jasotzen badugu, bihar alde egingo dugu».

«Inoiz ez diozu zeure buruari barkatuko orain ez hastea!» Atsekabeak mingots eranstea eragin zidan: «Ez dizut inoiz barkatuko!»

Goiz malenkoniatsua hitz zehatzekin iritsi zen: "Ama larriki gaixo; ezkontza atzeratua; etorri berehala".

Aita eta biok arreata galduta irten ginen. Osaba batek bidean topatu gintuen transferentzia puntu batean. Tren bat ozenki iritsi zen guregana, handitze teleskopiko batekin. Barne-nahasmendutik, bat-batean sortu zitzaidan neure burua trenbideetara botatzeko erabakia. Amaz gabetuta sentitzen nuen, eta ezin nuen bat-

batean hezurretaraino antzu bihurtutako mundu bat jasan. Ama maite nuen lurreko lagunik maiteena bezala. Bere begi beltz lasaigarriak izan ziren nire babeslekurik ziurrena haurtzaroko tragedia txikietan.

"Ba al du bera oraindik bizi?" Ni gelditu -rako bat azken galdera ra nire osaba.

«Noski bizirik dagoela!» Ez zuen denbora askorik izan nire aurpegiko etsipena interpretatzeko. Baina ia ez nion sinetsi.

Kalkutako gure etxera iritsi ginenean, heriotzaren misterio harrigarriari aurre egiteko besterik ez genuen egin. Ia bizigabeko egoeran erori nintzen. Urteak igaro ziren nire bihotzean adiskidetzerik sartu baino lehen. Zeruko ateak erasotzean, nire negarrez azkenean Ama Jainkotiarra deitu zuten. Bere hitzek sendatu egin nituen nire zauri supuranteak:

"Ni naiz zu zaindu duena, bizitzaz bizitza, ama askoren samurtasunean! Ikusi nire begiradan bilatzen ari zaren bi begi beltz horiek, galdutako begi eder horiek!"

Aita eta biok Bareillyra itzuli ginen maiteen aldeko errausketa-errituak egin eta gutxira. Goizero goiz, erromesaldi patetiko bat egiten nuen gure etxearen aurreko belar berde-urrezko leunari itzala ematen zion *sheoli zuhaitz handi batera. Une poetikoetan, sheoli lore* zuriak debozio borondatez zabaltzen ari zirela pentsatzen nuen belarrezko aldarearen gainean. Malkoak ihintzarekin nahastuz, askotan beste munduko argi arraro bat ikusten nuen egunsentitik ateratzen. Jainkoaren irrika biziak erasotzen ninduen. Himalaiara erakarri ninduen indarrez.

Nire lehengusuetako batek, mendi sakratuetan bidaiatu berri zuenak, bisitatu gintuen Bareillyn. Gogotsu entzun nituen yogi eta swamien mendi garaiko bizilekuari buruzko bere istorioak. **2-1**

«Ihes egin dezagun Himalaiara». Egun batean, Dwarka Prasad-i, Bareillyko gure etxejabearen seme gazteari, egindako iradokizuna ez zen inor entzun. Nire anaia zaharrenari azaldu zion nire plana, aita ikustera etorri berria baitzen. Mutiko txiki honen plan ez-praktiko honi buruz arin barre egin beharrean, Anantak ahalegin handia egin zuen ni iseka egiteko.

"Non da zure laranja bata? Zu ezin dut izan bat swami gabe hori!"

Baina, azalpenik gabe, hunkitu ninduen haren hitzek. Nire irudi argia ekarri zidaten, monje gisa Indian zehar ibiltzen. Agian, iraganeko bizitza baten oroitzapenak esnatu zizkidaten; nolanahi ere, ikusten hasi nintzen zein erraz naturalki jantziko nukeen antzina sortutako ordena monastiko horren jantzia.

Goiz batean Dwarkarekin hizketan ari nintzela, Jainkoarenganako maitasuna sentitu nuen elur-jausi baten indarrez jaisten. Nire lagunak ondorengo elokuentziari erdizka baino ez zion erreparatu, baina nik bihotz-bihotzez entzuten nion neure buruari.

Arratsalde hartan ihes egin nuen Himalaiako magaleko Naini Tal aldera. Anantak gogor jarraitu zidan; Bareillyra triste itzuli behar izan nuen. Baimendutako erromesaldi bakarra egunsentian *sheoli* zuhaitzera

ohiturazkoa zen . Nire bihotzak negar egin zuen galdutako Amengatik, gizakiengatik zein jainkoengatik.

Amaren heriotzak familia-ehunean utzitako urradura konponezina zen. Aita ez zen berriro ezkondu ia berrogei urtez. Bere artalde txikiarentzat Aita-Ama rol zaila hartuz, nabarmen samurragoa eta hurbilgarriagoa bihurtu zen. Lasaitasun eta ikuspegi argiarekin, familiako arazo desberdinak konpontzen zituen. Bulego orduak igaro ondoren, bere gelako ziegara erretiratzen zen ermitau bat bezala, *Kriya Yoga praktikatzen* lasaitasun gozo batean. Amaren heriotzaren ondoren, saiatu nintzen...

Ingeles erizain bat nire gurasoen bizitza erosoagoa egingo zuten xehetasunez arduratzeko. Baina aitaak burua astindu zuen.



Nire Ama

A Dizipulua -ren Lahiri Mahasaya

«Nireganako zerbitzua zure amarekin amaitu zen». Bere begiak urrun zeuden, bizitza osoko debozioarekin. «Ez dut beste emakume baten laguntzarik onartuko».

Ama hil eta hamalau hilabetera, mezu garrantzitsu bat utzi zidala jakin nuen. Ananta bere heriotza-ohean zegoen eta bere hitzak grabatu zituen. Urtebete barru niri jakinarazteko eskatu bazuen ere, nire anaiak atzeratu egin zuen. Laster Bareillytik Kalkutara joan behar zuen, Amak berarentzat aukeratu zuen neskarekin ezkontzeko. 2-2 Arratsalde batean bere ondora deitu ninduen .

«Mukunda, berri arraroak emateko erreparoa izan dut». Anantaren tonuak erresignazio kutsua zuen. «Nire beldurra zen etxetik alde egiteko gogoia piztea. Baina, nolanahi ere, jainkoazko grinaz gainezka zaude. Duela gutxi Himalaiara bidean harrapatu zintudanean, erabaki irmoa hartu nuen. Ezin dut nire promesa solemnea betetzea gehiago atzeratu». Anaiak kutxa txiki bat eman zidan, eta Amaren mezua eman zidan.

«Hitz hauek izan daitezela nire azken bedeinkapena, Mukunda seme maitea!», esan zuen amak. «Iritsi da zure jaiotzaren ondorengo hainbat gertaera fenomenal kontatu behar ditudan ordua. Zure patuaren bidea ezagutu nuen lehen aldiz, nire besoetan haurtxo bat besterik ez zinela. Orduan eraman zintudan Benaresko nire guruaren

etxera. Ia dizipulu multzo baten atzean ezkutatuta, ia ezin nuen Lahiri Mahasaya ikusi, meditazio sakonean eserita zegoen bitartean.

"Laztandu nitzun bitartean, guru handiak arreata jarri eta bedeinkapena eman zezan otoitz egiten ari nintzen. Nire isilpeko debozio eskaera gero eta handiagoa zen heinean, begiak ireki eta hurbiltzeko keinu egin zidan. Besteek bidea egin zidaten; oin sakratuetan makurtu nintzen. Nire maisuak bere magalean eseri zintuen, eskua zure kopetan jarritz espiritualki bataiatzeko moduan."

«Amatxoa, zure semea yogi bat izango da. Motor espiritual gisa, arima asko eramango ditu Jainkoaren erreinura.»

"Nire bihotza poz-pozik jarri zen guru orojakileak nire otoitz sekretua eman zidala ikustean. Zure jaiotzaren aurretik, esan zidan bere bidea jarraituko zenuela."

"Geroago, seme maitea, Argi Handiaren zure ikuspegia ezagutu genuen niri eta zure arreba Romari, ondoko gelatik ohean geldirik ikusi zintugunean. Zure aurpegi txikia argitu zen; zure ahotsa..." burdinazko erabakitasunez oihartzun zuen Himalaiara Jainkotiarra bila joateaz hitz egin zenuenean.

"Modu hauetan, seme maitea, jakin nuen zure bidea munduko anbizioetatik urrun dagoela. Nire bizitzako gertaerarik berezienak berrespen gehiago ekarri zidan - orain nire heriotza-oheko mezua bultzatzen duen gertaera bat."

"Punjabeko jakintsu batekin egindako elkarriketa bat izan zen. Gure familia Lahoren bizi zela, goiz batean morroia presaka sartu zen nire gelara."

"Andereñoa, bat arraro *sadhu* **2-3** da hemen. Bera azpimarratzen du hori bera "ikusi hau ama -ren Mukunda."

"Hitz soil hauek sakonki hunkitu ninduten barnean; berehala joan nintzen bisitaria agurtzera. Bere oinetan makurtuz, sentitu nuen aurrean Jainkoaren gizon benetako bat nuela."

«Ama», esan zuen, «maisu handiek jakin dezazula lurrean egonaldia ez dela luzea izango. Zure hurrengo gaixotasuna azkena izango da». **2-4** Isilune bat egon zen, eta bitartean ez nuen inolako alarmarik sentitu, bake handiko bibrazio bat baizik. Azkenean, berriro hitz egin zidan:

«Zilarrezko amuleto baten zaindari izan behar duzu. Ez dizut gaur emango; nire hitzetan egia frogatzeko, talismanari bihar agertuko da zure eskuetan meditatzen duzun bitartean. Hilzorian zaudenean, zure seme zaharrenari agindu behar diozu amuletoa urtebetez gordetzeko eta gero zure bigarren semeari emateko. Mukundak talismanaren esanahia ulertuko du handikiengandik. Munduko itxaropen guztiak ukatu eta Jainkoaren bilaketa bizia hasteko prest dagoenean jaso beharko luke. Amuletoa urte batzuetan gorde duenean, eta bere helburua bete duenean, desagertu egingo da. Leku sekretuenean gordeta ere, itzuliko da etorri zen lekura».

2-5 limosna eskaini nituen" santuari, eta errespetu handiz makurtu zen haren aurrean. Ez hartu eskaintza egin eta bedeinkapen batekin alde egin zuen. Hurrengo arratsaldean, eskuak gurutzatuta meditazioan eserita nengoela, zilarrezko amuleto bat agertu zen nire esku-ahurretan, *sadhuak* agindu bezala. Jakinarazi egin zuen bere burua egilea bat hotza, leun ukitu. Ni izan jeloskor zaindua hura -rako gehiago baino bi urteak, eta orain utzi Anantaren zaintzapean. Ez zaitez niregatik atsekabetu, nire guru handiak gidatuko nauelako.

sartu hau besoak -ren hau Infinitua. Agur, nire haurra; hau Kosmikoa Ama borondatea babestu zu."

Amuletoa eskuratu nuenean, argitasunugar batek hartu ninduen; oroitzapen loti asko esnatu ziren. Talisman biribila eta antzinako bitxia zen, sanskritozko karaktereekin estalita zegoen. Ulertu nuen iraganeko bizitzaren irakasleengandik zetorrela, nire urratsak ikusezin gidatzen zituztenak. Beste esanahi bat ere bazegoen, hain zuzen ere; baina amuleto baten bihotza ez da guztiz agerian uzten.

Nola desagertu zen talismana azkenean nire bizitzako egoera oso zorigaiztokoan artean; eta nola haren galera guru bat lortzearen iragarle izan zen, ezin da kapitulu honetan kontatu.

Baina mutiko txikiak, Himalaiara iristeko ahaleginak zapuztuta, egunero bidaiatzen zuen urrutira bere amuletoaren hegoetan.

.....
2-1 : Sanskritoa erroa esanahia -ren *swami* da bera MOE da bat -rekin bere Norbera (*Swa*)." Aplikatua ra bat kide -ren hau Indiarra eskaera monjeen artean, tituluak "erreberendoaren" errespetu formala du.

2-2 : The Indiarra ohitura, horren bidez gurasoak aukeratu hau bizitzako bikotekidea -rako haien haurra, du erresistentzia egin hau zakar erasoak -ren denbora. Indiako ezkontza zoriontsuen ehunekoa altua da.

2-3 : Bat anakoreta; bat MOE jarraitzen du bat *sadhana* edo bidea -ren espirituala diziplina.

2-4 : Noiz Ni aurkitu egilea hauek hitzak hori Ama izan jabetu sekretu ezagutza -ren bat labur bizitza, Ni ulertua -rako lehenengoa denbora zergatik bera izan izan temati piztuta bizkortzen hau planak -rako Anantarena ezkontza. Nahiz eta bera hil zen aurretik hau ezkontza, bere amaren nahi naturala errituak ikustea izan zen.

2-5 : A ohiturazko keinu -ren errespetua ra *sadhuak* .

KAPITULUA: 3

The Santua -rekin Bi Gorputzak

"Aita, baldin eta Ni promesa ra itzuli etxea gabe koakzioa, maiatza Ni hartu bat turismoa bidaiara Benares?

Nire bidaiatzeko zaletasun sutsua gutxitan oztopatzen zuen aitak. Mutiko soil bat nintzela ere, hiri eta erromesaldi leku asko bisitatzen uzten zidan. Normalean lagun bat edo gehiago etortzen zitzaizkidan; eroso bidaiatzen genuen aitak emandako

lehen mailako txartelekin. Trenbideko funtzionario gisa zuen kargua guztiz
asegarria zen familiako nomadentzat.

Aita agindu ra eman nire eskaera zor kontuan hartu. The hurrengoa egun bera deitua
ni eta eutsi

kanpoan bat joan-etorriko bidaia pasa -tik Bareilly ra Benares, bat zenbaki -ren errupia oharrak, eta bi gutunak.

"Benaresko lagun bati, Kedar Nath Baburi, negozio-gai bat proposatu behar diot. Zoritzarrez, bere helbidea galdu dut. Baina uste dut gutun hau gure lagun komuna den Swami Pranabananda-ren bidez lortuko diozula. Swamiak, nire anaia dizipuluak, maila espiritual altua lortu du. Bere konpainiaz baliatuko zara; bigarren ohar hau zure aurkezpen gisa balioko du."

Aitaren begiak distira egin zuen bezala bera gehituta, "Gogoia, ez gehiago hegaldiak -tik etxera!"

Nire hamabi urteen ilusioarekin abiatu nintzen (nahiz eta denborak ez duen inoiz itzali eszena berri eta aurpegi ezezagunekiko dudan gozamen). Benaresera iritsita, swamiaren egoitzara joan nintzen berehala. Sarrerako atea zabalik zegoen; bigarren solairuko gela luze eta areto itxurako batera joan nintzen. Gizon samar lodi bat, gerriko bat bakarrik zeramala, loto posturan eserita zegoen plataforma apur bat altxatu batean. Burua eta zimurrik gabeko aurpegia bizarra moztuta zituen; irribarre zoriontsu bat zuen ezpainenetan. Sartu nintzela pentsatzeko, lagun zahar bat bezala agurtu ninduen.

« *Baba anand* (zoriona nire maiteari).» Haur ahots bihozberaz egin zion ongietorria. Belauniko jarri eta oinak ukitu nizkion.

"Zare zu Swami Pranabananda?"

Baietz egin zuen buruarekin. «Bhagabatiren semea zara?». Aitaren gutuna poltsikotik ateratzeko denbora izan baino lehen esan zituen hitzak. Harrituta, aurkezpen oharra eman nion, orain soberakoa iruditu zitzaidana.

«Noski, Kedar Nath Babu aurkituko dut zuretzat». Santuak berriro harritu ninduen bere argi-ikusmenarekin. Gutunari begiratu zion, eta nire gurasoei maitasunezko aipamen batzuk egin zizkien.

"Badakizu, bi pentsio ditut. Bata zure aitaren gomendioari esker da, noizbait haren alde egin bainuen." lan egin zuen barruan hau trenbidea bulegoa. The beste da egilea hau gomendio -ren nire Zeruko Aita, zeinarentzat kontzientziaz bete ditudan nire lurreko betebeharrak bizitzan".

Oso iluna iruditu zitzaidan ohar hau. "Zer nolako pentsioa jasotzen duzu, jauna, Aita Zerukoagandik? Dirua botatzen dizu magalean?"

Barre egin zuen. «Bake sakoneko pentsio bat esan nahi dut, urte askotako meditazio sakonaren saria. Ez dut dirurik irrikatzen orain. Nire behar material gutxiak nahikoa eta nahikoa asetuta daude. Geroago ulertuko duzu bigarren pentsio baten

garrantzia».

Bat-batean gure elkarrizketa amaituta, santua geldi-geldi geratu zen. Esfinge baten antzeko aire batek inguratu zuen. Hasieran, begiak distiratsu egin zitzaizkion, zerbait interesgarria ikusten ariko balitz bezala, gero itzali egin ziren. Lotsatuta sentitu nintzen haren gutxi-asmoz; oraindik ez zidan esan nola ezagutu nezakeen aitaren laguna. Apur bat urduri, ingurura begiratu nuen gela hutsean, gu biok izan ezik hutsik. Nire begirada alferrikakoak bere egurrezko sandaliak ikusi zituen, plataforma-eserlekuaren azpian zeudenak.

"Jauntxoa, **3-1**" "Ez kezkatu. Ikusi nahi duzun gizona ordu erdi barru egongo da zurekin". Yogia nire burua irakurtzen ari zen - une hartan ez zen oso zaila den balentria!

Berriz ere isiltasun ulertezin batean erori zen. Nire erlojuak hogeita hamar minutu igaro zirela jakinarazi zidan. Swami esnatu egin zen. "Uste dut Kedar Nath Babu atetik hurbil dagoela".

Norbait eskailerak gora zetorrela entzun nuen. Bat-batean, harriduraz eta ulermen eza sortu zitzaizkidan; nire pentsamenduak nahasian zebiltzan: "Nola da posible aitaren laguna leku honetara deitu izana mezulari baten laguntzarik gabe? Swamiak ez dit inori hitz egin nirekin izan ezik iritsi nintzenetik!"

Bat-batean gelatik irten eta eskailerak jaitsi nituen. Erdibidean gizon argal, azal argiko eta altuera ertaineko batekin egin nuen topo. Presaka zebilen zirudien.

"Zare zu Kedar Nath Babu?" Ilusioa koloretako nire ahotsa.

«Bai. Ez al zara Bhagabatiren semea, hemen nirekin topo egiteko zain egon dena?» Irribarre atsegina egin zuen .

"Jauna, nola egin zu gertatu ra etorri hemen?" Ni sentitu nahastuta haserrea gainetik bere azaldu ezina presentzia.

"Dena misteriotsu dago gaur! Duela ordubete baino gutxiago Ganges ibaian bainua amaitu berri nuenean..." Swami Pranabananda hurbildu ni. Ni izan ez ideia nola bera bazekien Ni zen han -n hori denbora.

«'Bhagabatiren semea nire apartamentuan zain duzu', esan zidan. 'Nirekin etorriko zara?' Pozik baiezkoa eman nion. Eskutik helduta aurrera egin ahala, zurezko sandaliak zeramatzan swamiak, harrigarriro, ni baino azkarrago jokatzan zuen, nahiz eta oinetako sendo horiek jantzi.

«Zenbat denbora beharko duzu nire etxera iristeko?» Pranabanandajik bat-batean gelditu egin zen galdera hau egiteko .

"Honi buruz erdia bat ordu.

«'Beste zerbait egin behar dut orain'. Begirada enigmatikoa bota zidan. 'Atzean utzi behar zaitut. Nire etxean etor zaitezke, Bhagabatiren semea eta biok zain izango baititugu.'»

"Erreklamatu aurretik, azkar pasa zen nire ondotik eta jendetzan desagertu zen. Ahalik eta azkarren etorri naiz hona."

Hau azalpena bakarrik handitu nire nahasmena. Ni galdetu zuen nola luze bera izan ezaguna hau swami.

ghat- ean berriro ikusteaz ."

"Nik ezin sinetsi nire belarriak! Goizeko Ni galtzen nire gogoa? Egin nuen zu elkartu bera barruan bat ikusmena, edo egin zu egia esan

ikusi bera, ukitu bere eskua, eta entzun hau soinua -ren bere oinak?"

«Ez dakit zer esan nahi duzun!», gorritu egin zen haserre. «Ez dizut gezurrik esaten. Ezin al duzu ulertu swamiaren bidez bakarrik jakin nezakeela leku honetan nire zain zeundela ?»

«Tira, gizon hori, Swami Pranabananda, ez da nire bistatik aldendu duela ordubete inguru etorri nintzenetik». Istorio osoa kontatu nion bat-batean.

Begiak zabal-zabalik ireki zituen. "Aro material honetan bizi gara, ala amets egiten ari gara? Ez nuen inoiz espero horrelako mirari bat ikustea nire bizitzan! Swami hau gizon arrunta zela uste nuen, eta orain..." "Gorputz gehigarri bat materializatu eta horren bidez lan egin dezakeela aurkituko du!" Elkarrekin santuaren gelara sartu ginen.

ghat- ean zeramatzan sandalia berberak », xuxurlatu zuen Kedar Nath Babuk. «Gerri-oihal bat besterik ez zuen soinean, orain ikusten dudana bezala».

Bezala hau bisitari makurtu aurretik bera, hau santu buelta eman ra ni -rekin bat galdetzaile irribarre egin.

"Zergatik zaude txundituta honekin guztiarekin? Mundu fenomenikoaren batasun sotila ez dago ezkutatuta benetako yogientzat. Berehala ikusten ditut eta haiekin hitz egiten dut urruneko Kalkutako nire dizipuluak. Era berean, nahi dutenean gaingitu dezakete materia lodiaren oztopo guztiak."

Seguruenik nire bularreko gaztean grina espirituala pizteko ahaleginean jaitsi zen swami-a ra esan ni -ren bere botereak -ren astral irratia eta telebista. **3-2** Baina horren ordean ilusioz beteta, beldur izugarri bat besterik ez nuen sentitu. Nire jainkozko bilaketa guru jakin baten bidez —Sri Yukteswar, oraindik ezagutu ez nuena— egiteko patua nuenez, ez nuen Pranabananda nire irakasle gisa onartzeko gogorik sentitzen. Zalantzaz begiratu nion, ea... bera edo nire aurreko bere parekoa izan zen.



Swami Pranabananda
"The Santua -rekin Bi Gorputzak"

Bat Goretsia Dizipulua -ren Lahiri Mahasaya

Maisuak nire kezka uxatu nahi izan zuen arima esnatzen zuen begirada bat eskainiz eta bere guruari buruzko hitz inspiratzaile batzuk esanez.

"Lahiri Mahasaya zen hau handiena yogi Ni inoiz bazekien. Bera zen Jainkotasuna Bera barruan hau formularioa -ren haragia."

Dizipulu batek, hausnartu nuen, nahi zuenean haragizko forma gehigarri bat materializa badezake, zein mirari debekatu ahal zitzaizkion bere maisuari?

"Esango dizuet zein baliotsua den guru baten laguntza. Gauero zortzi orduz beste dizipulu batekin meditatzen nuen. Egunez trenbidearen bulegoan lan egin behar izaten genuen. Nire bulegoko betebeharrak betetzeko zailtasunak nituenez, nire denbora osoa Jainkoari eskaini nahi izan nion. Zortzi urtez iraun nuen, gau erdia meditatuz. Eraitza zoragarriak izan nituen; pertzepzio espiritual izugarriek argitu zuten nire gogo. Baina beti zegoen belo txiki bat nire eta Infinituaren artean. Gizakiaz gaindiko grinaz ere, azken batasun ezeztazina ukatu zidatela ikusi nuen. Arratsalde batean Lahiri Mahasayari bisita egin nion eta bere jainkozko bitartekaritza eskatu nion. Nire intzidenteak gau osoan zehar jarraitu zuten."

"Aingeru Guru, nire atsekabe espirituala hain handia da, ezen ezin baitut gehiago nire bizitza jasan Maite Handiarekin aurrez aurre topatu gabe!"

"Zer? ahal Ni egin? Zu behar meditatu gehiago sakonki."

"Zuri eskatzen dizut, Jainko Maisu! Gorputz fisiko batean materializatuta ikusten zaitut; bedeinka nazazu zure forma infinituan hauteman zaitzadan!"

Lahiri Mahasayak eskua luzatu zuen keinu onbera batean. «Orain joan eta meditatu dezakezu. Brahmanen aurrean bitartekari izan naiz zuretzat». **3-3**

"Neurrigabeki goratuta, etxera itzuli nintzen. Gau hartan meditazioan, nire bizitzako helburu sutsua lortu nuen. Orain etengabe gozatzen dut pentsio espiritualaz. Egun hartatik aurrera, Sortzaile Zoriontsua ez da inoiz nire begietatik ezkutatuta egon engainuaren pantaila baten atzean."

Pranabanandaren aurpegia jainkozko argiz blai zegoen. Beste mundu bateko bakea sartu zitzaidan bihotzean; beldur guztia alde egin zuen. Santuak beste konfiantza bat eman zidan.

"Hilabete batzuk geroago, Lahiri Mahasayarengana itzuli nintzen eta dohain infinitu

hori emateagatik eskerrak eman nizkion. Orduan, beste kontu bat aipatu nuen."

"Jainkozko Gurua, ezin dut gehiago bulegoan lan egin. Mesedez, askatu nazazu. Brahmak etengabe mozkortuta mantentzen nau."

"Eskatu pentsioa zure enpresari.'" «Zer

arrazoi eman behar dut, hain goiz nire

zerbitzuaren hasieran?» «Esan sentitzen

duzuna.»

"The hurrengo egun Ni egina nire aplikazioa. The mediku galdetu zuen hau lurrak - rako nire goiztiarra eskaera.

"Lanean, bizkarrezurrean igotzen ari den sentrazio gaindiezina sumatzen dut. **3-4** Gorputz osoa zeharkatzen dit, nire eginkizunak betetzeko desgaituz.

"Gehiago galdetu gabe, medikuak pentsioa gomendatu zidan, eta laster jaso nuen. Badakit Lahiri Mahasayaren jainkozko nahia medikuaren eta trenbideko funtzionarioen bidez funtzionatu zuela, zure aita barne. Automatikoki obeditzen zioten guru handiaren norabide espiritualari, eta askatu egin ninduten Maitatuarekin etengabeko batasunean bizitzeko." **3-5**

Errebelazio aparteko honen ondoren, Swami Pranabananda isilune luze horietako batean erretiratu zen. Agurtzen ari nintzela, bere oinak errespetuz ukituz, bere bedeinkapena eman zidan:

"Zure bizitza uko egiteko eta yoga egiteko bideari dagokio. Geroago berriro ikusiko zaitut, zure aitaren ondoan". Urteek bi iragarpen hauek betearazi zituzten. **3-6**

Kedar Nath Babu nire ondoan zihoan iluntasun gero eta handiagoan. Aitaren gutuna eman nion, eta nire lagunak kale-argi baten azpian irakurri zuen.

"Zure aitak iradoki dit bere trenbide konpainiaren Kalkutako bulegoan lanpostu bat hartzea. Zein atsegina den Swami Pranabanandak dituen pentsioetako bat gutxienez espero izatea! Baina ezinezkoa da; ezin dut Benares utzi. Ai, bi gorputz ez ditut oraindik!"

3-1 : *Txotoa Mahasaya* da hau terminoa egilea zein bat zenbaki -ren Indiarra santuak zuzenduta ni. Hori itzultzen "txikia jauna".

3-2 Bere erara, zientzia fisikoak yogiek zientzia mentalaren bidez aurkitutako legeen baliozkotasuna berresten ari da. Adibidez, bat manifestazio hori gizona du telebistako botereak zen emanda piztuta Azaroa. 26, 1934an -n hau Errege Unibertsitatea -ren Erroma. "Giuseppe Calligaris doktoreak, neuropsikologiako irakasleak, subjektu baten gorputzeko puntu batzuk sakatu zituen, eta subjektuak hormaren beste aldean zeuden beste pertsona eta objektuen deskribapen zehatzak eginez erantzun zuen. Calligaris doktoreak beste irakasleei esan zien larruazaleko zenbait eremu astinduta badaude, subjektuak sentesorialaz gain bestela hauteman ezingo lituzkeen objektuak ikusteko aukera ematen diola. Subjektuak hormaren beste aldean dauden gauzak bereizteko aukera izan zezan, Calligaris irakasleak toraxaren eskuinaldean zegoen puntu bat sakatu zuen hamabost minutuz. Calligaris doktoreak esan zuen gorputzeko beste puntu batzuk astinduta badaude, subjektuek edozein distantzian ikus zitzaketela objektuak, objektu horiek lehenago ikusi zituzten ala ez kontuan hartu gabe".

3-3 : Jainkoa barruan Bere alderdi -ren Sortzailea; -tik Sanskritoa erroa *brih* , ra zabaldu. Noiz Emersonen poema *Brahma* agertu barruan Atlantikoa *Hilero* barruan 1857an, gehien hau irakurleak ziren nahastuta. Emerson barre egin zuen. "Esan haiek", bera esan zuen, "-ra esan 'Brahma'-ren ordez 'Jehoba' eta ez dute inolako nahasmendurik sentituko."

3-4 : Barruan sakon meditazioa, hau lehenengo esperientzia -ren Espiritua da piztuta hau aldare -ren hau bizkarrezurra, eta orduan barruan hau garuna. The Zoriontasun uholdetsua gaindiezina da, baina yogiak bere kanpoko agerpenak kontrolatzen ikasten du.

3-5 : Ondoren bere erretiroa, Pranabananda idatzi zuen bat -ren hau gehien sakona iruzkinak piztuta hau *Bhagavad* Gita, bengaleraz eta hindieraz eskuragarri.

KAPITULUA: 4

Nire Eten eginda Hegaldia Norantz The Himalaia

"Aitzakia hutsal batekin irten zaitez zure ikasgelara, eta hartu gurdi bat. Gelditu nire etxean inork ikusi ez zaitzan klean."

Hauek izan ziren Amar Mitterri eman nizekion azken argibideak, Himalaiara nirekin joateko asmoa zuen institutuko lagun bati. Hurrengo eguna aukeratu genuen gure hegaldirako. Kontuz ibili behar zen, Ananta begi erne batekin baitzebilan. Nire buruan nagusi zirela susmatzen zuen ihes egiteko planak zapuzteko erabakia hartu zuen. Amuletoa, legamia espiritual baten antzera, isilean lanean ari zen nire baitan. Himalaiako elurretan, ikuspenetan maiz agertzen zitzaidan aurpegia zuen maisua aurkitzea espero nuen.

Familia Kalkutan bizi zen orain, aita betiko lekualdatu zuten lekura. Indiako patriarkal ohiturari jarraituz, Anantak bere emaztegaia gure etxera ekarri zuen bizitzera, orain Gurpar Road 4an. Han, ganbara txiki batean, egunero meditazioetan murgildu nintzen eta nire gogoia jainkoen bilaketarako prestatzen nuen.

Goiz gogoangarria iritsi zen euri txar batekin. Amarren gurdiaren gorpilak errepidean entzunda, manta bat, sandalia pare bat, Lahiri Mahasayaren argazkia eta kopia bat lotu nituen presaka. Bhagavad *Gita*, otoitz-ale sorta bat eta bi gerriko. Sorta hau hirugarren solairuko leihotik bota nuen. Eskailerak jaitsi eta atean arraina erosten ari zen osabaren ondotik pasa nintzen.

"Zer? da hau ilusioa?" Bere begirada ibili susmagarriki gainetik nire pertsona.

Irribarre axolagabea egin eta bidegurutzera abiatu nintzen. Nire paketea hartu eta Amarrekin bat egin nuen konplizeki kontuz. Chadni Chowk-era joan ginen autoz, salgaien gunera batera. Hilabeteak zeramatzen gure dirua aurrezten ingeles arropak erosteko. Nire anaia azkarrak detektibe baten papera erraz egin zezakeela jakinda, europar jantziekin gaitzitzea pentsatu genuen.

Geltokirako bidean, nire lehengusua, Jotin Ghosh, aurkitu genuen, nik Jatinda deitzen nion. Konbertitu berria zen, Himalaiako guru baten irrikan. Prest geneukan traje berria jantzi zuen. Ondo kamuflatuta, espero genuen! Poztasun sakon batek hartu zigun bihotza.

«Orain mihisezko oinetakoak besterik ez ditugu behar». Nire lagunak gomazko zoladun oinetakoak saltzen zituen denda batera eraman nituen. "Artikuluak -ren larrua, lortu bakarrik zehar hau sarraski -ren animaliak, behar izan absente bidaia santu honetan". Kalean gelditu nintzen nire *Bhagavad Gitaren larruzko estalkia* eta Ingalaterran egindako *sola topee- aren* (kaskoaren) larruzko uhalak kentzeko.

Geltokian Burdwanerako txartelak erosi genituen, nondik Himalaiako magalean dagoen Hardwarrera joateko asmoa genuen. Trena, gu bezala, hegan hasi bezain laster, nire aurreikuspen loriatsu batzuk adierazi nituen.

«Imajinatu!», esan nuen. «Maisuek hasiko gaituzte eta kontzientzia kosmikoaren transa biziko dugu. Gure haragia magnetismo hain handiaz kargatuko da, ezen Himalaiako animalia basatiak otzan hurbilduko baitzaizkigu. Tigreak ez dira gure laztanen zain dauden etxeko katu otzanak baino gehiago izango!»

Ohar honek —metaforikoki zein literalki liluragarria iruditzen zitzaidan ikuspegi bat irudikatzeak— irribarre sutu bat eragin zion Amarri. Baina Jatindak begirada saihestu eta leihotik paisaia korrikalarirantz zuzendu zuen.

«Dirua hiru zatitan banatu dadila». Jatinda-k isilune luzea hautsi zuen iradokizun honekin. «Bakoitzak bere txartela erosi beharko luke Burdwanen. Horrela, geltokiko inork ez du pentsatuko elkarrekin ihes egiten ari garenik».

Susmorik gabe baiezkoa eman nion. Ilunabarrean gure trena Burdwanen gelditu zen. Jatinda txarteldegira sartu zen; Amar eta biok plataforman eseri ginen. Hamabost minutu itxaron genuen, eta gero alferrikako galderak egin genituen. Norabide guztietan bilatuz, Jatindaren izena oihukatu genuen beldurraren premiaz. Baina estazio txikia inguratzen zuen iluntasun ezezagunean desagertu zen.

Gutziz urduri nengoen, modu bitxi batean txundituta. Jainkoak gertakari deprimigarri hau onartuko zuela! Haren ondoren arretaz planifikatutako nire lehen hegaldiaren une erromantikoa krudelki zapuztu zen.

«Amar, etxera itzuli behar dugu». Haur bat bezala negarrez ari nintzen. «Jatindaren irteera gogorra seinale txarra da. Bidaia hau porrotera kondenatuta dago».

"Da hau zure maitasuna -rako hau Jauna? Ezin dut zu zutik hau txiki proba -ren bat traidore laguna?"

Amarren jainkozko proba baten iradokizunari esker, nire bihotza lasaitu egin zen. Burdwan gozoki ospetsuekin freskatu ginen, *sitabhog* (jainkosarentzat janaria) eta *motichur-ekin* (perla gozoen pepitak). Ordu gutxiren buruan, Hardwar-erako trena hartu genuen, Bareilly bidez. Moghul Serain trenez aldatuz, gai garrantzitsu bat

eztabaidatu genuen nasan zain geundela.

"Amar, laster trenbideko funtzionarioek galdekatuko gaituzte. Ez dut nire anaiaren asmamena gutxien! Eraitza edozein dela ere, ez dut gezurrik esango."

"Guztiak Ni galdetu -ren zu, Mukunda, da ra gorde oraindik. Ez egin barre egin edo irribarre bitartean Ni naiz hitz egiten."

Une horretan, Europako geltokiko agente batek hurbildu zitzaidan. Telegrama bat astindu zuen, eta berehala ulertu nuen haren esanahia.

"Zare zu korrika urrun -tik etxea barruan haserrea?"

«Ez!» Pozik nengoen bere hitz aukeraketak erantzun irmoa emateko aukera eman zidalako. Ez haserrea, baizik eta «jainkozko malenkonia» zela nire portaera ez-konbentzionalaren erantzulea, banekien.

Ondoren, funtzionarioak Amarrengana jo zuen. Ondorengo adimen-dueluak ia ez zidan utzi aholkatutako seriotasun estoikoa mantentzen.

«Non dago hirugarren mutila?» Gizonak autoritate-doinua eman zion ahotsari. «Tira, esan egia!»

«Jauna, betaurrekoak daramatzazula ohartu naiz. Ez al duzu ikusten bi bakarrik garela?» Amar-ek irribarre egin zuen lotsagabeki. «Ez naiz magoa; ezin dut hirugarren lagun bat asmatu.»

Funtzionarioak, nabarmenki nahastuta lotsagabekeria horrekin, eraso-eremu

berri bat bilatu zuen. "Zein da zure izena?"

"Thomas naiz. Ama ingeles baten eta aita indiar kristau bihurtu baten semea naiz."

"Zein da zure lagunaren izena?"

"Nik deitu bera Thompson."

Ordurako nire barne-pozak gorenera iritsi zen; zeremoniarik gabe trenerantz abiatu nintzen, irteteko txistu eginez. Amar funtzionarioarekin jarraitu zuen, nahiko sineskorra eta atsegina baitzen. Europako konpartimentu batean sartzeko. Nabaria zen min ematen ziola bertakoei esleitutako atalean bidaiatzen ari ziren bi mutil erdi-ingeles pentsatzeak. Adeitasunez irten ondoren, eserlekuan etzan eta barre egin nuen kontrolaezin. Nire lagunak pozik zegoen Europako funtzionario beterano bat gainditu izanagatik.

Plataforman telegrama irakurtzea lortu nuen. Anaiak bidalitakoa honela zioen: "Ingeles arropak jantzita, etxetik Hardwar aldera ihesi doaz Moghul Serai bidez. Mesedez, atxiki itzazu ni iritsi arte. Sari handia zuen zerbitzuengatik".

«Amar, esan nizun ez uzteko ordutegi markatuak etxean». Nire begirada errietazkoa zen. «Anaiak bat aurkitu behar izan zuen han».

Nire lagunak lotsati onartu zuen bultzada. Bareillyn gelditu ginen laburki, non Dwarka... Prasad Anantatik telegrama batekin zain zegoen. Nire lagun zaharrek ausardiaz saiatu zen gu geldiarazten; konbentzitu nuen gure ihesa ez zela arin hartu. Aurreko batean bezala, Dwarka

ukatu egin nire gonbidapena ra multzo aurrera ra hau Himalaia.

Gau hartan gure trena geltoki batean zegoela, eta ni erdi lo nengoela, Amar beste funtzionario galdetzaile batek esnatu zuen. Hura ere "Thomas" eta "Thompson"en xarma hibridoen biktima izan zen. Trenak garaile eraman gintuen Hardwar-era egunsentian iritsi zen tokira. Mendi dotoreak gonbidapen gonbidagarritz agertzen ziren urrunean. Geltokitik korrika igaro eta hiriko jendetzaren askatasunean sartu ginen. Gure lehen ekintza bertako jantziak janzea izan zen, Anantak nolabait gure mozerro europarra zeharkatu baitzuen. Harrapaketa baten aurreikuspen batek buruan eragin zidan.

Hardwar berehala uztea komenigarria irudituz, txartelak erosi genituen iparralderantz Rishikeshera joateko, maisu askoren oinek aspalditik sagaratutako lurra. Nik trena hartu nuen jada, Amar, berriz, plataforman atzeratuta zegoen. Polizia baten oihu batek bat-batean gelditu zuen. Gure zaindari desatseginak geltokiko etxola batera eraman gintuen eta gure diruaz arduratu zen. Adeitasunez azaldu zigun bere betebeharra zela gu atxikitzea nire anaia zaharrena iritsi arte.

Ikaskuntza hori hau iheslarien helmuga izan izan hau Himalaia, hau ofizial erlazionatuta bat arraro istorioa.

"Santuen zalea zarela ikusten dut! Ez duzu inoiz Jainkoaren gizon handiagorik ezagutuko nik ikusi dudana baino." atzo bertan. Nire anaia ofizialak eta biok duela bost egun topatu genuen lehen aldiz. Patruilatzen ari ginen Ganges ibaiaren ondoan, hiltzaile baten bila zebiltzan. Gure argibideak hura harrapatzea ziren, bizirik edo hilik. Erromesak lapurtzeko *sadhu baten itxurak egiten ari zela jakina zen*. Gure aurretik, gaizkilearen deskribapenaren antzeko irudi bat ikusi genuen. Gelditzeko gure agindua ez zuen jaramonik egin; korrika joan ginen hura menderatzera. Bere bizkarrera hurbilduz, aizkora indar izugarritz erabili nuen; gizonaren eskuineko besoa ia erabat moztuta zegoen gorputzetik.

"Oihu egin edo zauri ikaragarriari begirada bat eman gabe, ezezagunak, harrigarriro, bere abiadura bizkorrean jarraitu zuen. Bere aurrean jarri ginenean, isilik hitz egin zuen."

"Nik naiz ez hau hiltzaile zu dira bilatzen.

"Oso lotsatu nintzen jainkozko itxurako jakintsu baten pertsona mindu nuela ikustean. Ahuspeztuz" Bere oinetan nengoela, barkamena eskatu nion, eta nire turbantea eskaini nion odol-jario astunak geldiarazteko.

«'Seme, ulergarria da zure aldetik akatsa izan dela'. Santuak begi onez begiratu zidan. 'Zoaz korrika, eta ez egin zeure buruari errietarik. Ama Maiteak zaintzen nau'. Beso zintzilik zuena enborrean sartu zuen eta hara! itsatsita geratu zen; odolak, azalpenik gabe, isuriari utzi zion.

«Hiru egun barru zatoz niregana zuhaitz horren azpian eta guztiz sendatuta aurkituko nauzu. Horrela ez duzu damurik sentituko.»

"Atzo nire anaia ofiziala eta biok irrikaz joan ginen izendatutako lekura. *Sadhu* han zegoen eta bere besoa aztertzen utzi zigun. Ez zuen orbainik edo minik!

"Nik naiz joango bidez Rishikesh ra hau Himalaiarra bakardadeak. Bera bedeinkatua gu bezala bera joan zen azkar. Ni

sentitu hori nire bizitza du izan altxatuta zehar bere santutasuna».

Ofizialak jaidura jainkotiar batekin amaitu zuen; bere esperientziak ohiko sakontasunetik harago eramane zuen, noski. Keinu ikusgarri batekin, mirariari buruzko ebakin inprimatu bat eman zidan. Egunkari sentsazionalen ohiko modu nahasian (Indian ere ez da falta, tamalez!), kazetariaren bertsioa apur bat gehiegizkoa zen: sadhuak ... ia burua moztuta!

Amar eta biok deitoratu genuen Kristoren antzeko moduan bere jazarriari barkamena eman diezaiokeen yogi handia galdu genuela. India, azken bi mendeetan materialki pobrea izan dena, jainkozko aberastasun agortezina du; "etxe orratz" espiritualak noizean behin aurki daitezke bide bazterrean, baita polizia honen moduko gizon mundutarrek ere.

Eskerrak eman genizkion ofizialari bere istorio zoragarriarekin asperdura arindu izanagatik. Seguruenik, gu baino zortetsuagoa zela iradokitzen ari zen: ahaleginik gabe aurkitu zuen santu argitu bat; gure bilaketa sutsua ez zen maisu baten oinetan amaitu, polizia-etxe zakar batean baizik!

Hain Himalaiatik gertu eta hala ere, gure gatibutasunean, hain urrun, Amari esan nion askatasuna bilatzeko bikoiztasun sentitzen nuela.

«Aukera dugunean alde egin dezagun. Oinez joan gaitezke Rishikesh santura». Irribarre animatzaile batekin egin nuen.

Baina nire laguna pesimista bihurtu zen gure diruaren euskarri sendoa kendu ziguten bezain laster.

"Oihan-lur arriskutsu horretan zehar bidaia bat hasiko bagenu, ez genuke santuen hirian amaituko, tigreen urdailean baizik!"

Ananta eta Amarren anaia hiru egunen buruan iritsi zen. Amarrek bere senidea maitasunez eta lasaitasunez agurtu zuen. Ez nengoen adiskidetuta; Anantak ez zuen niregandik errieta gogor bat baino gehiago jaso.

«Ulertzen dut nola sentitzen zaren», esan zuen nire anaiak lasaitasunez. «Eskatzen dizudan guztia Benaresera nirekin batera santu jakin bat ezagutzera joatea da, eta gero Kalkutara joatea zure aita doluan egun batzuetarako bisitatzera. Gero, hemen jarraitu ahal izango duzu maisu baten bilaketan».

Amar elkarrizketan sartu zen une honetan Hardwarrera nirekin itzultzeko asmorik ez zuela adierazteko. Familiako berotasunaz gozatzen ari zen. Baina banekien ez nuela inoiz nire guruaren bilaketa alde batera utziko.

Gure festa arrastaka -rako Benares. Han Ni izan bat singularra eta berehala erantzuna ra nire otoitzak.

sannyasi baten bidetik aldentzeko konpromisoa hartuko zutela agindu zidaten . **4-1**

Anantak haien etxera eraman ninduen. Semeak, gazte alai batek, patioan agurtu ninduen. Diskurtso filosofiko luze batean murgildu ninduen. Nire etorkizunaren ezagutza argi eta garbia zuela aitortuz, fraide izatearen ideia baztertu zuen.

"Zure ohiko erantzukizunak alde batera uzten tematzen bazara, etengabeko zoritxarra izango duzu, eta ezin izango duzu Jainkoa aurkitu! Ezin izango duzu zure iraganeko karma konpondu 4-2" munduko esperientziarik gabe».

Krishnaren hitz hilezkorrak erantzunez iritsi zitzaizkidan ezpainetara: "'Karmarik txarrena duenak ere, etengabe Nigan meditatzen duenak, azkar galtzen ditu iraganeko ekintza txarren ondorioak. Arima handiko izaki bihurtuz, laster lortzen du betiko bakea. Arjuna, jakin ezazu hau ziur: Nigan konfiantza duen debotoa ez da inoiz hiltzen!'" 4-3

Baina gaztearen iragarpen sendoek nire konfiantza apur bat astindu zuten. Bihotzeko grina osoz Jainkoari isilean otoitz egin nion:

"Mesedez, konpondu nire nahasmena eta erantzun iezadazu, hemen eta orain, uko egiten dion baten edo mundutar baten bizitza eramatea nahi baduzu!"

sadhu bat ikusi nuen punditaren etxearen kanpoaldean zutik. Bistan denez, bere burua argi-ikusletzat hartzen zuenaren eta nire arteko elkarrizketa bizia entzun zuen, ezezagunak bere ondora deitu baitzidan. Botere izugarri bat sentitu nuen haren lasaitasunetik. begiak.

"Seme, ez entzun ezjakin horri. Zure otoitzari erantzunez, Jaunak esaten dit ziurtatzeko bizitza honetako zure bide bakarra uko egiten duenarena dela."

-rekin harridura bezala ondo bezala esker ona, Ni irribarre egin zuen zorionez -n hau erabakigarri mezua.

«Alde egin gizon horrengandik!» «Ezjakinak» patiotik deika ari zitzaidan. Nire gidari santuak bedeinkapena adierazten zuen eskua altxatu eta poliki alde egin zuen.

Sadhu hori zu bezain eroa dago». Ile-apaintzaile zuriak egin zuen ohar xarmangarri hau. Berak eta bere semeak triste begiratzen zidaten. «Entzun dut bera ere etxetik alde egin duela Jainkoaren bila lauso batean».

Bira eman nuen. Anantari esan nion ez nuela gure ostalariekin gehiago eztabaidatuko. Nire anaiak berehala abiatzea onartu zuen; laster hartu genuen trenak Kalkutara joateko.



Ni zutik atzean nire adineko anaia, Ananta.



Sri Yukteswar-ek ospatutako azken solstizio jaialdia, 1935eko abenduan.
Nire Gurua erdian eserita dago; ni bere eskuinean nago, Seramporeko
bere ermitaren patio handian .

«Detektibe jauna, nola jakin zenuen bi lagunekin ihes egin nuela?» Nire jakin-min bizia Anantari adierazi nion etxerako bidaian. Bihotz-bihotzez irribarre egin zuen.

"Zuen eskolan, Amar bere gelatik irten eta ez zela itzuli ikusi nuen. Hurrengo

goizean bere etxera joan nintzen eta ordutegi markatu bat aurkitu nuen. Amarren aita irteten ari zen..."

gurdi eta zen hitz egiten ra hau kotxezain

«Nire semeak ez du nirekin etorriko eskolara gaur goizean. Desagertu egin da!», kexatu zen aitak.

«Anaia kotxezain batek esan dit zure semea eta beste bi, Europako trajeekin jantzita, Howrah geltokian trenean sartu zirela», adierazi du gizonak. «Larruzko oinetakoak oparitu dizkiote taxilariari».

"Horrela Ni izan hiru pistak- ordutegia, hau hirukote -ren mutilak, eta hau Ingelesa arropa».

Anantaren agerpenak entzuten ari nintzen, algara eta haserre nahasian. Kotxe-gizonarekiko gure eskuzabaltasuna lekuz kanpo egon zen apur bat!

"Noski, presaka bidali nituen telegramak Amar-ek ordutegian azpimarratutako hiri guztietako geltokietako funtzionarioei. Bareilly egiaztatu zuen, beraz, zure lagun Dwarkari telegrama bidali nion hara. Gure Kalkutako auzoan galdetu ondoren, jakin nuen Jatinda lehengusua gau batean kanpoan egon zela, baina hurrengo goizean etxera iritsi zela Europako jantziekin. Bilatu eta afaltzera gonbidatu nuen. Onartu egin zuen, nire jarrera atseginak erabat desarmatuta. Bidean, susmorik gabe eraman nuen polizia-etxe batera. Aurretik itxura basatiagatik aukeratu nituen hainbat ofizialez inguratuta zegoen. Haien begirada ikaragarriaren azpian, Jatindak bere jokabide misterioetsuaren azalpenak ematea onartu zuen."

«'Himalaia aldera abiatu nintzen umore espiritual alai batean', azaldu zuen. 'Inspirazioak bete ninduen maisuekin topo egiteko aukerak. Baina Mukundak esan bezain laster, 'Himalaiako kobazuloetan gure estasietan, tigreak liluratuta geratuko dira eta gure inguruan eseriko dira otzan dauden puxiak bezala', nire espiritua izoztu egin zen; izerdi tantak sortu zitzaizkidan kopetan. 'Eta orduan?', pentsatu nuen. 'Tigreen izaera gaiztoa ez bada aldatzen gure transe espiritualaren boterearen bidez, etxeko katuen adeitasunez tratatuko gaituzte?'. Nire irudimenean, jadanik neure burua tigre baten urdaileko nahitaezko bizilagun ikusten nuen - ez gorputz osoarekin batera sartzen, baizik eta bere atal desberdinen zatika!'"»

Jatinda desagertu izanaren haserrea barre artean lurrundu zen. Treneko jarraipen barregarriak eragin zidan atsekabe guztia merezi izan zuen. Aitortu behar dut poztasun txiki bat sentitu nuela: Jatinda ere ez zen poliziarekin izandako topaketa batetik libratu!

"Ananta, 4-4" «Detektibe jaioa zara!», Barre egin zidan begiradak, hala ere, haserre pixka bat izan zuen. «Eta Jatindari esango diot pozten naizela ez zuelako traiziozko gogoak bultzatu, antza denez, baizik eta autokontserbazioaren sena zuhurrak bultzatu!"»

Kalkutako etxean, aitagunkigarriki eskatu zidan nire oin ibiltariak geldiarazteko, gutxienez, batxilergoko ikasketak amaitu arte. Nire absentzian, maitasunez plan bat asmatu zuen Swami Kebalananda aditu santu bat, 4-5 urtekoa, antolatuz. etxera aldizka etortzeko.

"The salbia borondatea izan zure Sanskritoa tutorea," nire guraso iragarri konfiantzaz.

Aita espero ra asetu nire erlijioso irrika egilea argibideak -tik bat ikasi filosofo. Baina egoera sotilki aldatu zen: nire irakasle berriak, adimen-lehortasunak eskaintzetik urrun, nire Jainkoaren nahiaren txingarrak piztu zituen. Aitak jakin gabe, Swami Kebalananda Lahiri Mahasayaren dizipulu gorena zen. Guru paregabeak milaka dizipulu izan zituen, isil-isilik berarengana erakarrita. bere magnetismo jainkotiarraren erresistentzia ezinezkoagatik. Geroago jakin nuen Lahiri Mahasayak sarritan Kebalananda *rishi* edo jakintsu argiztatu gisa deskribatu zuela.

Ile kizkur oparoek inguratzen zuten nire tutorearen aurpegi ederra. Bere begi ilunak xaloak ziren, haur baten gardentasunarekin. Bere gorputz mehearen mugimendu guztiak lasaitasun eta gogoeta batek markatuta zeuden. Beti leuna eta maitekorra, kontzientzia infinituan sendo finkatuta zegoen. Elkarrekin igarotako ordu zoriontsu asko *Kriya* meditazio sakonean ematen genituen.

shastren edo liburu sakratuen autoritate ezaguna zen : bere jakinduriari esker "Shastri Mahasaya" titulua jaso zuen, eta ohikoa zen horrela izendatzea. Baina sanskritoaren jakintzan egin nuen aurrerapena ez zen nabarmena. Gramatika prosaikoa alde batera utzi eta yogaz eta Lahiri Mahasayaz hitz egiteko aukera guztiak bilatu nituen. Nire tutoreak egun batean maisuarekin izandako bizitzari buruzko zerbait kontatuz mesede egin zidan.

"Gutxitan zorte onekoa, Ni zen gai ra geratu gertu Lahiri Mahasaya -rako hamar urteak. Bere Benares Etxea zen nire gaueko erromesaldiaren helburua. Gurua beti egoten zen lehen solairuko egongela txiki batean. Bizkarralderik gabeko egurrezko eserleku batean loto-jarreran eserita, bere dizipuluek erdi-zirkulu batean lore-girlanda apaintzen zioten. Bere begiak distiratsu eta Jainkoaren pozarekin dantzan zeuden. Beti erdi itxita egoten ziren, barneko teleskopio-orbetik betiko zoriontasun-esfera batera begira. Gutxitan hitz egiten zuen luze. Batzuetan, bere begirada laguntza behar zuen ikasleren batean jartzen zen; sendatzeko hitzak argi-elur-jausi baten antzera isurtzen ziren orduan.

"Bake deskribaezin bat loratu zen nire baitan maisuaren begiradapean. Bere usainak blai egin ninduen, infinituaren loto lore batetik bezala. Berarekin egotea, egunetan hitzik trukatu gabe ere, nire izate osoa aldatu zuen esperientzia izan zen. Bidean oztopo ikusezin bat altxatzen bazen..." Nire kontzentrazioan, guruaren oinetan meditatzen nuen. Han egoera ahulenak erraz iristen zitzaizkidan eskura. Pertzepzio horiek ihes egiten zidaten irakasle txikiagoen aurrean. Maisua Jainkoaren tenplu bizia zen, eta bere ate sekretuak debozioaren bidez irekita zeuden dizipulu guztientzat.

"Lahiri Mahasaya ez zen idatzi santuen interprete liburuzalea. Ahaleginik gabe murgildu zen 'jainkozko liburutegian'. Hitz aparra eta pentsamendu zipriztinak zerizkion bere orojakintasunaren iturritik. Clavis miragarria zuen, eta horrek

Vedetan aspaldi txertatutako zientzia filosofiko sakona desblokeatu zuen . " **4-6**
Antzinako testuetan aipatzen diren kontzientzia-plano desberdinak azaltzeko
eskatuko baliote, irribarrez baiezkoa emango luke.

«Egoera horiek jasango ditut, eta laster esango dizut zer hautematen dudan». Beraz,
gutziz desberdina zen hau irakasleak MOE konpromisoa hartu idatzi santua ra
memoria eta orduan eman aurrera gauzatu gabeko abstrakzioak.

«'Mesedez, azaldu estrofa sakratuak esanahia bururatzen zaizun heinean'. Guru isilak
sarritan ematen zion jarraibide hau gertuko dizipulu bati. 'Zure pentsamenduak
gidatuko ditut, interpretazio zuzena izan dadin'.

esanda». Horrela, Lahiri Mahasayaren pertzepzio asko erregistratu ziren, hainbat ikasleren iruzkin ugarirekin.

"Maisuak ez zuen inoiz esklaboen sinesmena aholkatu. 'Hitzak oskolak baino ez dira', esan zuen. 'Lortu Jainkoaren presentziaren konbentzimendua meditazioan zure kontaktu alaiaren bidez'."

"Ez kontua zer hau dizipuluaren arazoa, hau guru aholkatu *Kriya Yoga* -rako bere irtenbidea.

«Yoga giltzak ez du bere eraginkortasuna galduko gorputzean gidatzeko jada ez nagoenean. Teknika hau ezin da lotu, artxibatu eta ahaztu, inspirazio teorikoen moduan. Jarraitu etengabe askapenerako bidean *Kriyaren bidez* , zeinaren boterea praktikan datzan».

«Nik neuk *Kriya dela uste dut* gizakiak Infinituaren bilaketan inoiz garatu den salbaziorako tresnarik eraginkorrena ahalegin pertsonalaren bidez». Kebalanandak testigantza sutsu honekin amaitu zuen. «Bere erabileraren bidez, gizaki guztiengan ezkutatuta dagoen Jainko ahalguztiduna Lahiri Mahasayaren eta bere dizipulu batzuen haragian gorpuztu zen ikusgarri».

Lahiri Mahasayak egindako Kristoren antzeko mirari bat gertatu zen Kebalanandaren aurrean. Nire tutore santuak istorioa kontatu zidan egun batean, begiak gure aurrean genituen sanskrito testuetatik urrun.

"Ramu izeneko dizipuluitsu batek erruki handia piztu zidan. Ez al luke argirik izan behar begietan, gure maisuari leialki zerbitzatzen zionean, zeinarengan Jainkotiarra guztiz distiratsua zen? Goiz batean Ramurekin hitz egin nahi izan nuen, baina orduak eman zituen pazientziaz eserita, gurua eskuz egindako palmondo-hostozko *punkha batekin haizatzen* . Debotoa azkenean gelatik irten zenean, jarraitu egin nion."

"Ramu, nola luze izan zu izan itsu?

«'Nire jaiotzatik, jauna! Nire begiek ez dute inoiz eguzki izpi bakar bat

ere ikusi.' «'Gure guru ahalguztidunak lagun zaitzake. Mesedez, egin

erregu bat.'»

Hurrengo egunean, Ramu lotsati hurbildu zitzaion Lahiri Mahasayari. Dizipuluak ia lotsa sentitu zuen bere gehiegizko aberastasun espiritualari aberastasun fisikoa gehitzeko eskatzean.

"Maisu, kosmosaren Argitzailea zure baitan dago. Otoitz egiten dizut haren argia nire begietara ekartzeko, eguzkiaren distira txikiagoa hauteman dezadan."

«Ramu, norbaitek egoera zailean jartzeko konplota egin du. Ez dut sendatzeko ahalmenik.» «Jauna, zure baitan dagoen Infinituak senda dezake, zalantzarik gabe.»

«'Hori benetan desberdina da, Ramu. Jainkoaren muga ez dago inon! Izarrak eta haragi-zelulak bizitza-distira misteriotsuarekin pizten dituenak ikusmenaren distira ekarriko dizu, zalantzarik gabe.'»

"Maisuak Ramuren kopetan ukitu zuen bekainen arteko puntuan. 4-7" "'Mantendu zure burua kontzentratuta han, eta maiz kantu hau izena -ren hau profeta Rama 4-8 -rako zazpi egunak. The

distira -ren hau eguzkia izango da izan bat berezia egunsentia -rako zu.

"Hara! astebete horrela izan zen. Lehen aldiz, Ramuk naturaren aurpegi ederra ikusi zuen. Guztia dakienak bere dizipuluari agindu zion huts egin gabe Rama izena errepikatzeke, berak beste santu guztien gainetik adoratzeko zuena. Ramuren fedea debozioz goldatutako lurra zen, non guruaren hazi iraunkorraren boteretsua..." sendatzea erretu da." Kebalananda zen isila -rako bat unea, orduan ordainduta bat gehiago bere guruari omenaldia.

"Lahiri Mahasayak egindako mirari guztietan agerikoa zen ez zuela inoiz egoaren printzipioa onartzen **4-9**" bere burua indar kausaltzat hartzea. Erresistiezin amore ematearen perfekzioaren bidez, maisuak Sendatzeko Lehen Indarra libreki beraren bidez isurtzea ahalbidetu zuen.

"Lahiri Mahasayaren bidez modu ikusgarrian sendatu ziren gorputz ugariek, azkenean, errausketaren sugarrak elikatu behar izan zituzten. Baina berak eragindako esnatze espiritual isilak, sortu zituen Kristoren antzeko dizipuluak, bere mirari iraunkorrekin dira."

Ni inoiz ez bihurtu zen bat Sanskritoa jakintsu; Kebalananda irakatsi ni bat igarle sintaxia.

4-1 : Literalki, "uko egin". -tik Sanskritoa aditza sustraiak, "-ra aktore alde batera utzita."

4-2 : Efektuak -ren iragana ekintzak, barruan hau edo bat ohia bizitza; -tik Sanskritoa *kri* , "-ra egin."

4-3 : *Bhagavad Gita* , IX. 30-31. Krishna zen hau handiena profeta -ren India; Arjuna zen bere lehenik dizipulu.

4-4 : Ni beti zuzenduta bera bezala Ananta-da. *Bai* da bat errespetuzko atzizkia zein hau zaharrena anaia barruan bat Indiarra familia anai-arreba txikiengandik jasotzen du.

4-5 Gure bileraren unean, Kebalananda oraindik ez zen Swami Ordenan sartu eta, oro har, "Shastri Mahasaya" deitzen zioten. Hara saihestu nahasmena -rekin hau izena -ren Lahiri Mahasaya eta -ren Maisua Mahasaya (**kapitulua 9**), Ni naiz erreferentzia eginez nire Sanskritoa tutore bakarrik egilea bere geroago monastiko izena -ren Swami Kebalananda. Bere biografia du izan duela gutxi argitaratua barruan

Bengalera. Jaioa barruan hau Khulna barrutia -ren Bengala barruan 1863an Kebalananda eman gora bere gorputza barruan .Benares -n hau adina -ren hirurogeita zortzi

.Bere familia izena zen Ashutosh Txaterji

4-6 : The antzinako lau *Vedak* osatzen dute gainetik 100 bizirik dagoen kanonikoa liburuak. Emerson ordainduta hau jarraituz omenaldia barruan bere Vediko pentsamenduaren *egunkaria* : "Beroa, gaua eta arnasarik gabeko ozeanoa bezain sublimea da. Sentimendu erlijioso guztiak ditu barne, etika handi guztiak, noble poetiko oro txandaka bisitatzen dutenak.Ez du ezertarako balio liburua gordetzeak; neure buruan konfiantza badut..."

basoak edo barruan bat itsasontzi gainean hau urmaela, Natura egiten du bat *Brahman* -ren ni gaur egun: betiereko Hau da bere kredoa. Bakea, esaten beharra, betiereko konpentsazioa, botere ulertezina, isiltasun etengabea. dit, eta garbitasuna eta absolutua

".abandonua- hauek panazeak barkatu guztiak bekatu eta ekarri zu ra hau zoriontasun -ren hau Zortzi Jainkoak

4-7 : The eserlekua -ren hau "bakarrik" edo espiritual begia. -n heriotza hau kontzientzia -ren gizona da normalean marraztuta ra hau santu orban, hildakoengan aurkitutako begi altxatuak kontuan hartuta.

4-8 : The erdiguneko sakratua irudi -ren hau Sanskritoa epikoa, *Ramayana* .

4-9 : Ahankara, egoismoa; literalki, "Nik egin." The erroa kausa -ren dualismo edo ilusio -ren *maia* , horren bidez hau gaia (egoa) objektu gisa agertzen da; izakiek sortzaile direla imajinatzen dute.

KAPITULUA: 5

A "Lurrina Santua" Pantailak Bere Mirariak

"A bakoitza gauza han da bat denboraldia, eta bat denbora ra bakoitza helburu azpian hau zerua».

Ez nuen Salomonen jakinduria hori kontsolatzeko; etxetik irteten nintzenean, ingurura begiratzen nuen nire guruaren aurpegia bilatzeko. Baina nire bidea ez zen harenarekin gurutzatu batxilergoko ikasketak amaitu arte.

Bi urte igaro ziren Amarrekin Himalaiara hegan egin nuenetik Sri Yukteswar nire bizitzara iritsi zen egun handiaren artean. Bitartean, hainbat jakintsu ezagutu nituen: "Lurrin Santua", "Tigre Swami", Nagendra Nath Bhaduri, Mahasaya Maisua eta Jagadis Chandra Bose zientzialari bengaler ospetsua.

"Lurrin Santuarekin" izan nuen topaketak bi sarrera izan zituen, bata harmoniatsua eta bestea umoretsua.

"Jainkoa sinplea da. Beste guztia konplexua da. Ez bilatu balio absolutuak naturaren mundu erlatiboan ."

Kaliren tenpluko irudi baten aurrean isilik nengoela, amaiera filosofiko hauek astiro sartu zitzaizkidan belarrian. Jiratu eta gizon altu bati aurre egin nion, zeinaren jantziak, edo jantzirik ezak, *sadhu ibiltari bat zela agerian uzten zuen* .

«Nire pentsamenduen nahasmena ulertu duzu, bai!», irribarre egin nuen esker onez. «Naturaren alderdi onberen eta izugarrien nahasmena, Kalik sinbolizatzen duen bezala, **5-1**» nireak baino buru jakintsuagoak nahastu ditu!

"Gutxi dira bere misterioa konpontzen dutenak! Ongia eta gaizkia bizitzak esfinge baten antzera adimen ororen aurrean jartzen duen enigma erronka da. Konponbiderik saiatu gabe, gizon gehienek bizitzarekin ordaintzen dute zigorra, orain Tebasen garaian bezala. Hemen eta han, irudi bakarti garai batek ez du inoiz porrota oihukatzen. Maia *5-2tik* " dualtasunetik batasunaren egia zatikaezina ateratzen du."

"Zu hitz egin -rekin kondena, jauna."

"Aspalditik erabili dut introspekzio zintzoa, jakinduriarako hurbilketa mingarri eta

bikaina. Auto-azterketa, norberaren pentsamenduen etengabeko behaketa, esperientzia latza eta suntsitzailea da. Ego sendoena birrintzen du. Baina benetako autoanalisiak matematikoki funtzionatzen du ikusleak sortzeko. 'Auto-adierazpen' bideak, banakako aitortzek, egoistak sortzen dituzte, beren eskubideaz ziur."

pribatua interpretazioak -ren Jainkoa eta hau unibertsoa."

"Egia apaltasunez erretiroa hartzen du, ez zalantza, aurretik halako harroputz originaltasuna». Ni zen gozatzen hau eztabaida.

"Gizakiak ezin du egia betierekorik ulertu pretentsioetatik askatu arte. Giza adimena, mendeetako likatsu bati biluzik, mundu-engainu ugarien bizitza nazkagarritz gainezka dago."

Guda-zelaietako borrokek hutsalak dira hemen, gizakia lehen aldiz barneko etsaiekin borrokatzen denean! Ez dira etsai hilkorrek hauek, indar izugarrien multzoaz garaitu beharrekoak! Nonahi daudenak, etengabeak, gizakia lo dagoenean ere atzetik dabiltzanak, arma miasmiko batez sotilki hornituta, irrika ezjakinen soldadu hauek guztiok hil nahi gaituzte. Pentsaezina da bere idealak lurperatzen dituen gizona, amore emanez... patu arrunta. Indargabea, egurrezkoa eta lotsagarria ez den beste iruditu al daiteke?

«Jaun agurgarria, ez al duzu inolako sinpatiarik jende

nahasiarekiko?» Jakintsua isilik egon zen une batez, eta

gero zeharka erantzun zuen.

"Jainko ikusezina, Bertute Guztien Gordailua, eta gizaki ikusgaia, itxuraz bat ere ez duena, maitatzea askotan nahasgarria da! Baina asmamena labirintoaren parekoa da. Barne ikerketak laster agerian uzten du giza adimen guztien batasuna - motibo berekoiaren ahaidetasun sendoa. Zentzu batean behintzat, gizakiaren anaitasuna agerian geratzen da. Apaltasun ikaragarria jarraitzen dio aurkikuntza berdintzaile honi. Norberaren kideekiko erruki bihurtzen da, esplorazioaren zain dagoen arimaren sendatzeko ahalmenen aurrean itsu."

"The santuak -ren bakoitza adina, jauna, izan sentitu bezala zeure burua -rako hau atsekabeak -ren hau mundua."

«Gizaki azalekoak bakarrik galtzen du besteen bizitzako atsekabeekiko sentikortasuna, bere sufrimendu estuan hondoratzen den heinean». SADHUAREN aurpegi zorrotza nabarmen leundu zen. «Praktikatzen duena Bisturi baten auto-disekzioak erruki unibertsalaren hedapena ezagutuko du. Bere egoaren eskakizun gorretatik askatzen zaio. Jainkoaren maitasuna lur horretan loratzen da. Izakiak azkenean bere Sortzailearengana jotzen du, atsekabeaz galdetzea besterik ez bada ere: 'Zergatik, Jauna, zergatik?' Minaren zigorgabeko zigorrez, gizakia azkenean Presentzia Infinitura eramaten da, zeinaren edertasunak bakarrik erakarri beharko lukeen.

Jakintsua eta biok Kalkutako Kalighat tenpluan geunden, haren handitasun ospetsua ikustera joan bainintzen. Keinua zabal batekin, nire lagun ausazkoak apaindutako duintasuna baztertu zuen.

"Adreiluak eta mortero abestu gu ez entzungarri doinua hau bihotza irekitzen da bakarrik ra hau gizaki kantu -ren izatea."

Sarrerako eguzki izpi gonbidagarria joan ginen paseatzen, deboto multzoak joan-etorrian zebiltzan lekura.

«Gaztea zara». Jakintsuak pentsakor begiratu zidan. «India ere gaztea da. Antzinako *rishiak* **5-3** bizitza espiritualaren eredu desagerraraziezinak ezarri zituzten. Haien diktamen zaharkituak nahikoa dira gaur egun eta lurralde honetarako. Ez dira zaharkituak, ez materialismoaren amarruen aurka sofistikatu gabeak, diziplina-arauek India moldatzen dute oraindik. Milaka urtez -jakintsu lotsagarriek kalkulatu nahi dutena baino gehiago!- Denbora eszeptikoak balioztatu du Vediko balioa. Hartu zure ondareztat."

Sadhu elokuenteari errespetuz agur esaten ari nintzela , pertzepzio argi eta garbi bat azaldu zidan: "Gaur hemendik alde egin ondoren, esperientzia ezohiko bat izango duzu bidean".

Tenpluaren barrutia utzi eta helbururik gabe ibili nintzen. Izkina bat hartu eta ezagun zahar batekin egin nuen topo: denbora alde batera utzi eta betikotasuna besarkatzen duten hizketa-gaitasun luzeko gizon horietako batekin.

"Oso denbora gutxian askatuko zaitut joaten, gure banandutako sei urteetan gertatu den guztia kontatzen badidazu."

"Zer? bat paradoxa! Ni behar utzi zu orain."

Baina eskutik helduta, informazio zatiak ateratzen zizkidan. Otso goseti baten antzekoa zen, pentsatu nuen barre artean; zenbat eta gehiago hitz egin, orduan eta gose handiagoa zuen albisteen bila. Barru-barrutik Kali jainkosari ihes egiteko modu dotore bat asmatzeko eskatu nion.

Nire lagunak bat-batean alde egin zidan. Erlikebeaz hasperen egin eta abiadura bikoiztu nuen, sukar hiltunean berriro erortzeko beldurrez. Atzean urrats azkarrak entzunda, abiadura bizkortu nuen. Ez nintzen ausartu atzera begiratzen. Baina jauzi batez, gaztea berriro elkartu zitzaidan, sorbalda alai helduz.

«Ahaztu zait Gandha Baba (Lurrin Santua) aipatzea, etxe horretan apaintzen ari dena». Seinalatu zuen... etxe bat metro gutxira. «Ezagutu ezazu; interesgarria da. Esperientzia ezohikoa izan dezakezu. Agur», eta benetan alde egin zidan.

sadhuaren antzeko hitzez egindako iragarpena etorri zitzaidan burura. Benetan jakin-minduta, etxean sartu eta egongela zabal batera eraman ninduten. Jendetza bat zegoen eserita, ekialdeko moduan, han-hemenka, laranja koloreko alfonbra lodi batean. Harridurazko xuxurla bat iritsi zitzaidan belarrira:

"Begira Gandha Baba lehoinabar-larruan. Lore ororen lurrin naturala eman diezaioke usainik gabeko bati." bat, edo berpiztu bat ihartu lore, edo egin bat pertsonaren azala jariatu zoragarri usaina."

Santuari zuzenean begiratu nion; bere begirada azkarra nirean pausatu zen. Potoloa eta bizarduna zen, azal iluna eta begi handi eta distiratsuak zituen.

«Seme, pozten naiz zu ikusteaz. Esan nahi duzuna. Lurrin pixka bat nahi al duzu?» «Zertarako?» Haurtzaro samarra iruditu zitzaidan haren

oharra.

"Lurrinak gozatzeko modu miragarria bizitzeko." "Jainkoa
aprobetxatzea usainak sortzeko?"

"Zer? -ren hori? Jainkoa egiten du lurrina nolanahi ere."

"Bai, baina petaloz egindako botila hauskorrak egiten ditu berriro erabiltzeko eta botatzeko. Loreak gauzatu al ditzakezu?"

"Nik gauzatu lurrinak, txiki laguna."

"Orduan usaina fabrikak borondatea joan kanpoan -ren negozioa."

«Lanean jarraitzen utziko diet! Nire helburua Jainkoaren boterea erakustea da».

«Jauna, beharrezkoa al da Jainkoa frogatzea? Ez al ditu mirariak egiten denetan,

nonahi?» «Bai, baina guk ere haren sormen aniztasun infinituaren zati bat erakutsi

beharko genuke».

"Zenbat denbora behar izan zenuen

zure artea menderatzeko?" "Hamabi

urte."

"Usainak bide astralen bidez fabrikatzeagatik! Badirudi, ene santu ohoratua, dozena bat urte alferrik galtzen ari zarela lore-denda batean errupia gutxi batzuekin lor ditzakezun usainetan."

"Lurrinak desagertzen -rekin loreak."

"Lurrinak desagertzen -rekin heriotza. Zergatik beharko luke Ni nahia hori zein mesedez hau gorputza bakarrik?"

«Filosofo jauna, nire gogo atsegin duzu. Orain, luzatu eskuineko eskua».

Bedeinkapen keinua egin zuen .

Gandha Babarengandik metro gutxira nengoen; inor ez zegoen nire gorputza ukitzeko bezain gertu. Eskua luzatu nuen, yogiak ez zuen ukitu.

"Zer lurrin nahi duzu?"

"Arrosa."

"Izan zaitez hura beraz."

Harridura handiz, arrosa usain xarmangarria indartsu isurtzen zen nire esku-ahurraren erdialdetik. Irribarrez, gertuko loreontzi batetik usainik gabeko lore zuri handi bat hartu nuen.

"Lore usainik gabeko hau jazminarekin busti al

daiteke?" "Hala izan bedi."

Berehala jasmin usain bat isuri zen petaloetatik. Mirari-egileari eskerrak eman nizkion eta bere ikasleetako baten ondoan eseri nintzen. Esan zidan Gandha Babak, zeinaren benetako izena Vishudhananda zen, yoga sekretu harrigarri asko ikasi zituela Tibeteko maisu batetik. Tibetar...

yogia, Ni zen ziurtatuta, izan lortutako hau adina -ren gainetik bat mila urteak.

«Bere dizipulu Gandha Babak ez ditu beti bere lurrin-balentriak egiten ikusi berri duzun modu ahozko sinplean». Ikasleak harrotasun nabarmenaz hitz egin zuen bere maisuarekin. «Bere prozedura oso desberdina da, temperamentuen aniztasunaren arabera. Zoragarria da! Kalkutako intelektualen kide asko daude bere jarraitzaileen artean».

Barne-barrutik erabaki nuen ez nintzela haien artean gehituko. Guru bat, literalki "miragarri" gehiegi zena, ez zen nire gustukoa. Gandha Babari eskerrak emanez, alde egin nuen. Etxera joanez, egunak ekarritako hiru topaketa anitzak hausnartu nituen.

Nire arreba Umak egin zidan topo Gurpar Road-eko

atean sartu nintzenean. "Oso dotorea bihurtzen ari

zara lurrinak erabiliz!"

Gabe bat hitza, Ni keinua egin bera ra usaina nire eskua.

"Zer? bat erakargarri arrosa usaina! Hori da ezohiko moduan indartsu!"

"Oso ezohikoa" zela pentsatuz, isilik jarri nion usain astraleko lorea sudurzuloen azpian.

«Ai, jasmina maite dut!» Lorea hartu zuen. Nahasmen barregarri bat igaro zitzaion aurpegitik usainik gabeko lore mota bateko jasmin usaina behin eta berriz usaintzen zuen bitartean. Bere erreakzioek Gandha Babak autosugestio egoera bat eragin zuelako susmoa uxatu zidaten, zeinaren bidez nik bakarrik hauteman nitzakeen usainak.

Geroago, Alakananda lagunarengandik entzun nuen "Lurrin Santuak" botere bat zuela, eta nik nahi nuke Asiako milioika gosetuek, eta gaur egun, Europakoek ere, edukitzea.

«Beste ehun gonbidaturekin batera nengoen Gandha Babaren etxean, Burdwanen», esan zidan Alakanandak. «Gala bat zen. Yogiak objektuak airetik ateratzeko ahalmena zuela esaten zenez, barre artean eskatu nion denboralditik kanpoko mandarina batzuk materializatzeko. Berehala *luchiak* ⁵⁻⁴ bananan-hostozko plater guztietan zeudenak puztu egin ziren. Ogi-gutunazal bakoitzak mandarina zuritu bat zuela frogatu zen. Nireari kosk egin nion beldur pixka batekin, baina goxo-goxoa iruditu zitzaidan."

Urte batzuk geroago, barne-konturatzearen bidez ulertu nuen nola lortu zituen Gandha Babak bere materializazioak. Metodoa, tamalez!, munduko

horda gosetuen eskuraezin dago.

Gizakiak erreakzionatzen dituen estimulu sentsozial desberdinak —taktualak, ikusmenekoak, dastamenekoak, entzumenekoak eta usaimenekoak— elektroi eta protoien bibrazio-aldaerek sortzen dituzte. Bibrazioak, aldi berean, "bizi-tronek" erregulatzen dituzte, hau da, bizi-indar sotilek edo bost ideia-substantzia sentsozial bereizgarriekin adimenez kargatutako energia atomikoak baino finagoak.

Gandha Babak, yoga praktika batzuen bidez indar kosmikoarekin sintonizatuz, gidatu ahal izan zuen bizitza-troniak beren bibrazio-egitura berrantolatzeke eta nahi den emaitza objektibatu ahal izateko. Bere lurrina, fruitua eta beste mirariak bibrazio arrunten benetako materializazioak ziren, eta ez hipnotikoki sortutako barne-sentsazioak. 5-5

"Lurrin Santuak" erakusten dituen mirarien emanaldiak ikusgarriak dira, baina espiritualki alferrikakoak. Aisialdiaz gaindiko helbururik ez dutenez, Jainkoaren bilaketa serio batetik aldentzen dira.

Medikuek hipnotismoa erabili izan dute ebakuntza txikietan, anestesiko batek arriskuan jar ditzakeen pertsonentzako kloroformo psikiko moduko bat bezala. Baina egoera hipnotikoa kaltegarria da maiz jasaten dutenentzat; efektu psikologiko negatiboa sortzen da, denborarekin garuneko zelulak nahasten dituen.

Hipnotismoa beste baten kontzientziaren lurraldean sartzea da. Bere fenomeno iragankorrek ez dute zerikusirik jainkozko errealizazioa duten gizakiek egindako mirariekin. Jainkoarengan esna, benetako santuek amets-mundu honetan aldaketak eragiten dituzte Sortzaile Kosmiko Ametslariarekin harmonian sintonizatutako borondate baten bidez.

Maisuek botere ezohikoen erakustaldi harropuzak gaitzesten dituzte. Abu Said mistiko persiarrak behin barre egin zien ura, airea eta espazioa gainditzeko botere miragarriez harro zeuden *fakir batzuei*.

«Igel bat ere uretan etxean dago!», adierazi zuen Abu Saidek mespretxu leun batekin. «Beleak eta saiak erraz hegan egiten dute airean; Deabrua aldi berean dago Ekialdean eta Mendebaldean! Benetako gizona...» da bera MOE bizi da barruan zuzentasuna artean bere kide gizonak, MOE erosten du eta saltzen du, oraindik da inoiz ez une bakar batez Jainkoa ahaztuta!" Beste behin, persiar irakasle handiak erlijio-bizitzari buruzko bere ikuspuntuak honela eman zituen: "Buruan duzuna alde batera utzi (nahi eta anbizio berekoiak); eskuan duzuna libreki eman; eta ez kikildu inoiz zorigaitzaren kolpeen aurrean!"

Ez Kalighat tenpluko jakintsu inpartzialak ezta Tibeteko yogi trebatuak ere ez zuten ase guru baten irrika. Nire bihotzak ez zuen tutorerik behar bere aitorpenetarako, eta bere "Bravo!" oihu egin zuen, are ozenago, isiltasunetik gutxitan deitua izan zelako. Azkenean nire maisua ezagutu nuenean, adibidearen handitasunaren bidez bakarrik irakatsi zidan benetako gizon baten neurria.

5-1 : Kali adierazten du hau betiereko printzipio barruan natura. Bera da tradizionalaki irudian bezala bat lau besoko emakumea, zutik piztuta formularioa -ren hau Jainkoa Shiva edo hau Infinitua, zeren eta natura edo hau fenomenal mundua da errotuta barruan hau Noumenoa. The lau Besoek atributu kardinalak sinbolizatzen dituzte, bi ongarriak, bi suntsitzaileak, materiaren edo sorreraren dualtasun esentziala adieraziz.

5-2 : Kosmikoa ilusio; literalki, "a neurtzailea". *maia* da hau magikoa boterea barruan sorkuntza egilea zein mugak eta zatiketak dira. itxuraz oraina barruan hau Neurgaitza eta Bereiziezina. Emerson idatzi zuen hau jarraituz poema, ra zein bera eman *Mayaren* izenburua :

Ilusioa lanak zeharkaezina, Ehuntzea sareak kontaezin, Bera homosexual argazkiak inoiz ez huts egin, Jendetza
.bakoitza beste, belo piztuta beloa, engainatua izateko egarri den gizakiak sinetsiko duen xarmagarria

5-3 : The *rishiak* , literalki "ikusleak", ziren hau egileak -ren hau *Vedak* barruan bat zehaztu

ezina antzinaroa.. 5-4: Indiako ogi biribil eta laua..

Laikoak ia ez konturatu hau zabala urratsak -ren XX. mendeko zientzia. Transmutazioa -ren metalak eta beste :5-5 amets alkimikoak dira ikusten betetzea bakoitza egun barruan zentroak -ren zientifiko ikerketa gainetik hau mundua. The ospetsu Frantsesa kimikaria, Georges Claude jaunak "mirariak" egin zituen Fontainebleau-n 1928an, zientzialarien bilera baten aurrean, oxigenoaren eraldaketen ezagutza kimikoari esker. Bere "magoaren makila" oxigeno soila zen, mahai gainean zegoen hodi batean burbuilatzen. Zientzialariak "harea eskukada bat harribitxi bihurtu zuen, burdina . "txokolate urtuaren antzeko egoeran eta, loreei koloreak kendu ondoren, beiraren koherentzia bihurtu zituen

Claude jaunak azaldu zuen nola itsasoa oxigenoaren eraldaketen bidez milioika libera zaldi-potentzia bihur zitekeen;" " nola ura zein irakinaldiak da ez nahitaez erretzen; nola txiki tumuluak -ren harea, egilea bat bakarra usain -ren hau oxigenozko txirbil bat, zafiro, errubi eta topazio bihur zitekeen; eta gizakiek ozeanoaren hondoan urpekariaren ekipamendurik gabe ibiltzea posible izango zen garaia iragarri zuen. Azkenean, zientzialariak bere ikusleak harritu .zituen eguzki izpien gorritasuna kenduz aurpegiak beltzez bihurtuz

Zientzialari frantziar ospetsu honek aire likidoa ekoiztu du hedapen-metodo baten bidez, eta horri esker hainbat substantzia bereizi ahal izan ditu. gasak -ren hau airea, eta du aurkitu hainbat esan nahi du -ren mekanikoa erabilera -ren .desberdintasunak -ren tenperatura barruan itsasoko ura

KAPITULUA: 6

The Tigrea Swami

"Nik izan aurkitu hau Tigrea Swamiren helbidea. Utzi gu bisitatu bera bihar."

Ongi etorria zen iradokizun hau Chandirengandik etorri zen, institutuko nire lagun batengandik. Irrikitan nengoen monastegi aurreko bizitzan tigreak esku hutsez harrapatu eta borrokatu zituen santua ezagutzeko. Balentria bikain horien aurrean mutiko baten ilusio handia nuen barruan.

Hurrengo eguna negu hotz batean argitu zen, baina Chandi eta biok alai irten ginen. Kalkutatik kanpo dagoen Bhowanipurren bilaketa alferrikako lan asko egin ondoren, etxe egokira iritsi ginen. Ateak bi burdinazko eraztun zituen, eta zorrotz miatu nituen. Zarata gorabehera, morroi bat hurbildu zen lasai. Bere ironiko... irribarre inplizituki hori bisitariak, gorabehera haien zarata, ziren indargabe ra molestatu hau lasaitasuna santu baten etxekoa.

Errieta isila sentituz, nire lagunak eta biok eskerrak eman genituen egongelara gonbidatu gintuztelako. Han itxaronaldi luzeak zalantza deseroso batzuk sortu zizkigun. Indiako egiaren bila dabilenarentzat idatzi gabeko legea pazientzia da;

maisu batek nahita probatu dezake norbait berarekin elkartzeko irrika.
Mendebaldean medikuek eta dentistek erabiltzen dute amarru psikologiko hau!

Azkenean, morroiak deitu ondoren, Chandi eta biok lo egiteko apartamentu batera sartu ginen. Sohong **6-1 ospetsua** Swami bere ohean eserita zegoen. Bere gorputz izugarriaren ikuspegiak modu bitxian eragin zigun.

Begiak puztuta, hitzik gabe geratu ginen. Inoiz ez genuen ikusi halako bularrik edo halako bizepsik futbol amerikarraren antzekorik. Lepo erraldoi batean, swamiaren aurpegi basati baina lasaia ile luzez, bizarrez eta bibotez apainduta zegoen. Uso eta tigre itxurako ezaugarriak distira egiten zuten bere begi ilunetan. Biluzik zegoen, gerri gihartsuaren inguruan tigre-larrua izan ezik.

Gure ahotsak aurkituz, lagunak eta biok monjea agurtu genuen, felinoen arena apartekoan zuen trebetasunarekiko gure miresmena adieraziz.

"Ez al diguzu esango, mesedez, nola den posible oihaneke piztia basatiena, Bengala errege-txakurra, esku hutsez menperatzea?"

«Semeok, niretzat ez da ezertarako balio tigreekin borrokatzea. Gaur egin nezake, beharrezkoa bada». Haur-barre bat egin zuen. «Zuek tigreak tigretzat hartzen dituzue; nik katu-kumetzat ezagutzen ditut».

"Swamiji, uste dut tigreak katuak direla pentsatzearekin nire subkontzientea txunditu nezakeela, baina tigreei sinetsarazi ahal izango diet hori?"

"Noski indarra ere beharrezkoa da! Ezin da garaipena espero tigre bat etxeko katu bat dela imajinatzen duen haurtxo batengandik! Esku indartsuak dira nire arma nahikoa."

Patiora jarraitzeko eskatu zigun, eta han horma baten ertza jo zuen. Adreilu bat erori zen lurrera; zerua ausardiaz begiratzen zen hormaren hortz galduaren artetik. Harriduraz ikaratu nintzen; horma sendo batetik adreilu morterodunak kolpe bakarrarekin kentzen dituenak, pentsatu nuen, tigreen hortzak lekuz aldatu ahal izango ditu ziur aski!

"Gizon askok nirearen antzeko indar fisikoa dute, baina oraindik ere konfiantza falta dute. Gorputz sendoak direnek, baina mentalki ez direnek, zorabiatu egin daitezke oihanean libre dabilen piztia basati bat ikustean. Tigrea, bere basakeria naturalean eta bizilekuan, oso desberdina da opioz elikatutako zirkuko animaliarekin alderatuta!"

"Indar herkuleseko gizon asko, hala ere, izututa geratu dira Bengala errege baten erasoaren aurrean babesgabetasun izugarriraino. Horrela, tigreak gizona, bere buruan, bihurtu du..." Katutxoaren egoera bezain urdurigabea. Gorputz nahiko sendoa eta erabakitasun izugarri handia duen gizon batek tigrearen aurka egin dezake, eta katutxoaren babesgabetasunean dagoela sinestarazi. Zenbat aldiz egin dut hori!

Nahiko prest nengoen sinetsi aurretik nuen titanak tigre-katu-kato metamorfosia egiteko gai zela. Giro didaktikoan zirudien; Chandik eta biok errespetuz entzun genion.

"Adimena giharren erabiltzailea da. Mailu-kolpe baten indarra aplikatutako energiaren araberakoa da; gizaki baten gorputz-tresnak adierazten duen indarra bere borondate oldarkorraren eta ausardiaren araberakoa da. Gorputza literalki adimenak fabrikatzen eta eusten du. Iraganeko bizitzetako senen presioaren bidez, indarguneak edo ahuleziak pixkanaka sartzen dira giza kontzientzian. Ohitura gisa adierazten dira, eta hauek, aldi berean, gorputz desiragarri edo desiragarri batean osatzen dira. Kanpoko ahultasunak jatorri mentala du; zirkulu bizioso batean, ohiturak lotutako gorputzak adimena zapuzten du. Maisuak bere buruari uzten badio..."

morroi batek aginduta, azken hau autokratiko bihurtzen da; adimena era berean esklabo bihurtzen da gorputzaren diktatuari men eginez".

Gure erreguaren aurrean, swami ikusgarriak bere bizitzari buruzko zer bait

kontatzea onartu zuen. "Nire lehenengo asmoa tigreekin borrokatzea izan

zen. Nire borondatea indartsua zen, baina nire gorputza ahula."

Harridurazko oihu bat atera zitzaidan. Sinestezina iruditzen zitzaidan gizon honek, orain "Atlantideko sorbaldak jasateko moduan" zituela, ahultasuna ezagutu izana.

"Osasun eta indarraren pentsamenduetan tinko iraunaraziz gainditu nuen nire ezgaitasuna. Arrazoi guztiak ditut errege-Bengaleko zaldien benetako menperatzailea izan zela aurkitu nuen indar mental liluragarria goraipatzeko."

«Uste al duzu, swami jaun agurgarria, tigreen aurka borrokatu ahal izango naizela?»
Hau izan zen anbizio bitxi horrek nire burua bisitatu zuen lehen eta azken aldia!

«Bai». Irribarrez ari zen. «Baina tigre mota asko daude; batzuk giza desioen oihanetan dabilta. Ez da onura espiritualik lortzen piztiak konorterik gabe uzteagatik. Hobe da barneko erasotzaileen garaile izatea».

"Maiatza gu entzun, jauna, nola zu aldatu -tik bat hezitzaile -ren basati tigreak ra bat hezitzaile -ren basati pasioak?

Tigre Swami isildu egin zen. Urruntasuna nabaritu zitzaion begiradan, iraganeko urteen ikuspegiak ekarriz. Nire eskaera onartu ala ez erabakitzeko buruko borroka txikia antzeman nion. Azkenean, baiezkoa eman ez irribarre egin zuen.

"Nire ospea gorenera iritsi zenean, harrotasunaren mozkorraldia ekarri zidan. Ez nuen tigreekin borrokatzea bakarrik erabaki, baizik eta hainbat trikimailutan erakustea ere. Nire anbizioa piztia basatiak etxekotuak bezala jokatzera behartzea zen. Nire balentriak publikoki egiten hasi nintzen, arrakasta pozgarriarekin."

"Bat arratsaldea nire aita sartu nire gela barruan pentsakor aldartea.

"Seme, abisu hitzak ditut. Kausa eta efektuaren gurpilen eraginez sortutako gaitzetatik salbatuko zaitut."

«Fatalista zara, aita? Sineskeriak ur boteretsuak edo nire jarduerak koloreztatzea baimendu behar al du?»

«Ez naiz fatalista, seme. Baina mendekuaren lege justuan sinesten dut, idatzi santuetan irakasten den bezala. Oihaneko familian haserrea dago zure aurka; batzuetan, kalte egin diezazuke.»

«Aita, harrituta uzten nauzu! Badakizu zer diren tigreak: ederrak baina gupidagabeak! Izaki zorigaiztoko baten otordu erraldoi baten ondoren ere, tigrea irrika berri batez pizten da harrapakin berri bat ikustean. Gazela alai bat izan daiteke, oihaneko belar gaineen saltoka. Harrapatu eta eztarri bigunaren irekidura bat hozka eginez, piztia gaiztoak isilpean negar egiten duen odolaren zati txiki bat baino ez du dastatzen,»

eta doa bere lizun bidea.

«Tigreak dira oihaneko arrazako mespretxagarrienak! Nork daki? Nire kolpeek kontuan hartze apur bat eman diezaiekete haien buru lodiei. Basoko akabera-eskola bateko zuzendaria naiz, jokabide leunak irakasteko!»

«Mesedez, Aita, pentsa nazazu tigre hezitzaile gisa eta ez tigre hiltzaile gisa. Nola ekar diezazkidakete nire ekintza onek kalterik? Otoitz egiten dizut ez ezartzeko agindurik nire bizimodua aldatzeko.»

Chandi eta biok arreta osoa jarri genuen, iraganeko dilema ulertzen. Indian, haurrak ez ditu arinki desobeditzen gurasoen nahiak.

"Isiltasun estoikoan entzun zuen aitak nire azalpena. Ondoren, seriotasunez esan zuen agerpen bat egin zuen."

«Seme, santu baten ahotik ateratako iragarpen kezkarri bat kontatzera behartzen nauzu. Atzo hurbildu zitzaidan, eguneroko meditazioan terrazan eserita nengoela.»

«Lagun maitea, mezu batekin nator zure seme gerrazalearentzat. Utzi diezazkiozula bere jarduera basatiak uzten. Bestela, hurrengo tigrearekin topatzeak zauri larriak eragingo dizkio, eta ondoren sei hilabeteko gaixotasun hilgarria izango du. Orduan, bere aurreko ohiturak utzi eta monje bihurtuko da».

"Istorio honek ez ninduen harritu. Aita fanatiko engainatu baten biktima sinesgarria izan zela pentsatu nuen."

Tigre Swamik aitortza hau keinu pazientziagabe batekin egin zuen, ergelkeria baten aurrean bezala. Denbora luzez isilik egonda, gure presentziaz oharkabea ez zirudien. Bere kontakizunaren hari zintzilikariari ekin zionean, bat-batean izan zen, ahots apalarekin.

"Aitaren abisua jaso eta gutxira, Cooch Behar hiriburua bisitatu nuen. Lurrealde pintoreskoa berria zen niretzat, eta aldaketa lasaia espero nuen. Ohi bezala, leku guztietan, jendetza bitxi batek jarraitu zidan kaleetan. Xuxurlatzen nituen iruzkin zatiak entzuten nituen:

«'Hau da tigre basatiekin

borrokatzen den gizona.' «'Hankak

al ditu, edo zuhaitz-enborrak?'»

"Begira -n bere aurpegia! Bera behar izan bat enkarnazio -ren hau errege -ren tigreak

bera!

"Badakizu nola funtzionatzen duten herriko mutikoek egunkari baten azken edizioen antzera! Zein abiaduratan zabaltzen diren emakumeen buletinak etxez etxe, are beranduago! Ordu gutxiren buruan, hiri osoa hunkituta zegoen nire presentziagatik."

"Arratsaldean lasai-lasai nengoen, zaldien apatxen hotsa entzun nuenean. Nire etxearen aurrean gelditu ziren. Polizia altu eta turbantedun batzuk sartu ziren."

"Harrituta geratu nintzen. 'Dena da posible giza legearen izaki hauentzat', pentsatu nuen. 'Ea niretzat guztiz ezezagunak diren gaiei buruz errieta egingo didaten galdetzen diot neure buruari'. Baina ofizialek ohiko adeitasunez makurtu ziren.

"Jaun agurgarria, Cooch Behar printzearen izenean ongietorria ematera bidali gaituzte. Atsegin handiz gonbidatzen zaitu bihar goizean bere jauregira."

"Pixka bat pentsatu nuen aukera horri buruz. Arrazoi ezezagun batengatik, damu handia sentitu nuen nire bidaia lasaian etenaldi hau gertatu izanagatik. Baina polizien erregu-jarrerak hunkitu ninduen; joatea onartu nuen."

Hurrengo egunean, harrituta geratu nintzen nire atetik lau zaldik tiratutako gurdi bikain batera eraman nindutenean. Morroi batek aterki apaindu bat zeraman eguzki-argitik babesteko. Hiritik eta baso-ertzetik zehar egindako ibilaldi atseginaz gozatu nuen. Errege-oinordekoa bera jauregiko atean zegoen niri ongietorria emateko. Urrez apaindutako bere eserlekua eskaini zidan, irribarrez diseinu xumeagoko aulki batean eseri zen.

«'Zalantzarik gabe, adeitasun honek guztiak zerbait kostatuko dit!», pentsatu nuen gero eta harridura handiagoarekin. Printzearen motiboa aipamen arrunt batzuen ondoren azaleratu zen.

"Nire hirian zurrumurrua dago tigre basatien aurka esku hutsez borrokatu daitekeela. Egia al da?"

"Hori da nahiko egia.

«—Ezin dut sinetsi! Kalkutako bengalarra zara, hiriko jendearen arroz zuriz hazia. Izan zaitez zintzoa, mesedez; ez al zara bizkarrezurrik gabeko eta opioz elikatutako animalien aurka borrokan aritu?— Ahotsa ozena eta sarkastikoa zuen, probintziako azentuarekin ukitua.

"Nik bermatu ez erantzun ra bere iraingarri galdera.

"Nire tigre berriaren, Raja Begum-en, aurka borrokatzera erronka egiten dizut. **6-2**" Arrakastaz aurre egiten badiozu, kate batekin lotzen badiozu eta bere kaiola kontziente uzten baduzu, Bengala errege hau izango duzu! Milaka errupia eta beste opari asko ere emango zaizkizu. Borrokan harekin topo egiteari uko egiten badiozu, zure izena estatu osoan zehar inpostore gisa zabalduko dut!

"Bere hitz lotsagabeek bala-zaparrada bat bezala jo ninduten. Haserre onarpen bat bota nuen. Zirrarez erdi altxatuta aulkitik, printzea irribarre sadiko batekin atzera erori zen. Erromatar enperadoreak etorri zitzaizkidan gogora, kristauak basapizti-arenetan jartzeaz gozatzen zutenak."

«Partida astebete barru izango da. Sentitzen dut ezin dizudala tigrea aldez aurretik ikusteko baimenik eman.»

"Printzeak beldur ote zuen piztia hipnotizatu nahi izango nuela, edo isilpean opioa eman ote nion, ez dakit!"

"Jauregia utzi nuen, barre handiz ohartuta errege-aterkia eta gurdi panopliatua desagertu zirela."

"Hurrengo astean nire burua eta gorputza metodikoki prestatu nituen datozen probaldirako. Nire morroiaren bidez istorio fantastikoak ezagutu nituen. Santuak nire aitari egindako iragarpen latza nolabait zabaldu zen, zabaldu ahala handituz. Herritar xume askok uste zuten jainkoek madarikatutako espiritu gaizto bat tigre gisa birsortu zela, gauez deabruzko forma desberdinak hartzen zituen, baina egunez animalia marradun bat izaten jarraitzen zuena. Deabru-tigre hau izan behar zen ni umiliatzeko bidalia."

"Beste bertsio irudimentsu bat zen Tiger Heaven-i egindako animalien otoitzek erantzuna lortu zutela Raja Begum-en itxuran. Berak izango zen ni zigortzeko tresna - ausarta den bipedoa, tigre espezie osoarentzat hain iraingarria! Ilerik eta letaginik gabeko gizona, atzapar-beso eta gorputz-adar sendoak zituen tigre bati erronka egiteko ausardia! Umiliatutako tigre guztien pozoï kontzentratuak -herritarrek adierazi zuten- indarra hartu zuela lege ezkutuak martxan jartzeko eta tigre-hezitzaile harroaren erorketa eragiteko ."

"Nire morroiak jakinarazi zidan printzea bere elementuan zegoela gizakiaren eta piztiaren arteko borrokaren arduradun gisa. Ekaitzetatik babesteko pabiloi baten eraikuntza gainbegiratu zuen, jendea hartzeko diseinatua." milaka. Bere erdigunea eutsi Raja Begum barruan bat erraldoi burdina kaiola, inguratuta kanpoko segurtasun-gela baten ondoan. Gatibuak etengabeko orro odol-izozgarrien segida bat egiten zuen. Gutxi jaten zuten, gose amorratua pizteko. Agian printzeak sariaren otordua izatea espero zuen ni!

"Hiriko eta auzoetako jendetzak irrikaz erosi zituen sarrerak, lehiaketa berezia iragartzen zuten danborren hotsak entzunda. Batailaren egunean ehunka lagun alde egin zuten eserlekurik ez zegoelako. Gizon askok dendaren irekierak hautsi zituzten, edo galerien azpiko edozein espazio bete zuten."

Tigre Swamiren istorioa gailurrera hurbiltzen ari zela, nire zirrara handitu egin zen harekin batera; Chandi ere erabat isilik zegoen.

"Raja Begum-en soinu-leherketa zorrotzen eta jendetza izutuaren zalaparta artean, isilik agertu nintzen. Gerritik gutxi jantzita, bestela arroparik gabe nengoen. Segurtasun-gelako ateko sarraillua ireki eta lasai-lasai itxi nuen nire atzean. Tigreak odola sumatu zuen. Barroteen gainean zarata handi batekin jauzi eginez, ongietorri beldurgarria egin zidan. Publikoa izua izututa zegoen; bildots otzan bat zirudien piztia amorratuaren aurrean."

"Bat-batean kaiolan nengoen; baina atea itxi nuenean, Raja Begum nire gainera erori zen. Eskuineko eskua larriki urratuta nuen. Giza odola, tigre batek ezagutu

dezakeen gozamenik handiena, izugarrizko jarioetan erortzen zen. Santuaren profezia betetzear zegoela zirudien."

"Berehala suspertu nintzen inoiz jaso nuen lehen lesio larriaren kolpetik. Kanporatzea" Nire hatz odoltsuak gerriko azpitik sartuz ikusi nituenean, ezkerreko besoa hezurak hautsi zituen kolpe batean astindu nuen. Piztia atzera egin zuen, kaiolaren atzealdean biraka ibili zen eta aurrera salto egin zuen konbultsioz. Nire zigor ospetsua buru gainera erori zitzaion.

"Baina Raja Begum-en odol zaporeak ardoaren lehen trago erogarriaren antzera jokatu zuen dipsomano batentzat, aspalditik gabetua izan zenarentzat. Orro izugarri batek tartekatuta, basapiztiaren erasoak amorruz handitu ziren. Esku bakarrarekin defendatu nituen neurri ezegokiak atzapar eta letaginen aurrean zaurgarri utzi ninduen. Baina zigor izugarria eman nion. Elkarri odoletan harrapatuta, heriotzaren inguruan borrokatu ginen. Kaiola pandemonium bat zen, odola norabide guztietan ziprztintzen zen bitartean, eta mina eta irrika hilgarriaren eztarri basatitik ateratzen ziren."

«'Tiro egin!' 'Hil tigrea!' Oihuak entzun ziren publikoaren artean. Hain azkar mugitzen ziren gizakiak eta piztiak, guardia baten bala gaizki joan zela. Nire borondate guztia bildu, oihu egin nuen bortizki, eta azken kolpe bortitza eman nion. Tigrea erori eta isilik geratu zen etzanda.

"Antza denez bat katutxoa!" Ni tartean sartu.

The swami barre egin zuen barruan bihotz handiko estimua, orduan jarraitu zuen hau xurgatzaile ipuina.

"Raja Begum azkenean garaitua izan zen. Bere errege-harrotasuna are gehiago apaldu zen: nire esku zaurituekin, ausardiaz ireki nizekion masailezurak. Une dramatiko batez, burua eutsi nion heriotza-tranpa zabalaren barruan. Kate baten bila begiratu nuen ingurura. Lurrean zegoen pila batetik bat hartu eta tigrea lepotik kaiolaren barretara lotu nuen. Garaile ateraino abiatu nintzen."

"Baina hori deabru haragitu, Raja Begum, izan erresistentzia merezi -ren bere ustezko deabrudun Jatorria. Jauzi izugarri batekin, katea hautsi eta bizkarrera salto egin zidan. Sorbalda bere masailezurretan estututa, bortizki erori nintzen. Baina une batean azpian harrapatuta nuen. Kolpe gupidagabeen pean, animalia traidorea erdi-konortea galdu zuen. Oraingoan arreata handiagoz lotu nuen. Poliki-poliki kaiolatik irten nintzen.

"Iskanbila berri batean aurkitu nuen neure burua, oraingoan poz-pozik. Jendetzaren poza hautsi egin zen,..." eztarri erraldoi bakarra. Izugarri jota, borrokaren hiru baldintzak bete nituen: tigrea zur eta lur jota, kate batekin lotu eta laguntzarik behar izan gabe utzi. Gainera, piztia oldarkorra hain larriki zauritu eta izutu nuen, ezen pozik geratu baitzen nire burua ahoan sartzearekin, eta sari egokia ez jasotzearekin!

"Zauriak sendatu ondoren, omendu eta lore-girlandak jarri zizkidaten; ehunka urrezko pieza erori ziren nire oinetara. Hiri osoa oporraldi batean sartu zen. Eztabaida amaigabeak entzun ziren alde guztietan inoiz ikusi den tigre handi eta basatienetako baten aurkako garaipenari buruz. Raja Begum aurkeztu zidaten, agindu bezala, baina ez nuen poz handirik sentitu. Aldaketa espiritual bat sartu zen nire bihotzean. Badirudi kaiolatik irtetean nire munduko anbizioei ere atea itxi

niela."

"Garai tamalgarri bat etorri zen. Sei hilabetez odol-pozoitzearen ondorioz hiltzear egon nintzen. Cooch Behar uzteko bezain laster sendatu nintzenean, nire jaioterrira itzuli nintzen."

«'Badakit orain nire irakaslea abisu jakintsua eman zuen gizon santua dela'. Apalki aitortu nion aitari. 'Ai, aurkitu ahal izango banu!'. Nire irrika zintzoa zen, egun batean santua iragarri gabe iritsi baitzen.

"Nahikoa da -ren tigre hezitzen. Bera hitz egin zuen -rekin lasai ziurtasuna. Zatoz -rekin ni; Ni borondatea irakatsi zu ra

Menperatu giza gogoaren oihanetan dabiltzan ezjakintasunaren piztiak. Ohituta zaude entzulego batera: izan bedi aingeruen galaxia bat, zure yoga maisutasun zirraragarriak entretenituta!

"Nire guru santuak eman zidan hasiera bide espiritualean. Nire arimaren ateak ireki zituen, herdoilduak eta erresistenteak denbora luzez erabili gabe egon ondoren. Eskuz esku, laster abiatu ginen Himalaian nire prestakuntzara."

Chandi eta biok swamiaren oinetan makurtu ginen, bizitza zikloniko baten zirriborro biziagatik eskertuta. Egongela hotzean itxaronaldi luze eta probaldiagatik ordaina eman zidatela sentitu nuen!

6-1 : *Sohong* zen bere monastiko izena. Bera zen herrikoi ezaguna bezala hau "Tigrea Swami."

6-2 : "Printzea Printzesa"-beraz izendatua ra adierazi hori hau piztia jabetu hau konbinatu basakeria -ren tigre eta tigresa.

KAPITULUA: 7

The Levitazen Santua

«Yogi bat airean ikusi nuen, lurretik metro batzuetara, bart gauean talde-bilera batean». Nire lagun Upendra Mohun Chowdhuryk modu ikusgarrian hitz egin zuen.

Irribarre sutsu bat egin nion. "Agian asmatuko dut bere izena. Bhaduri Mahasaya al zen, Upper Circular Road-ekoa?"

Upendrak baietz egin zuen buruarekin, albisteen eramaile ez izateagatik apur bat etsita. Santuen inguruko nire jakin-mina ezaguna zen nire lagunaren artean; gustura jartzen ninduten bide berri batean.

«Yogia hain gertu bizi da nire etxetik, ezen maiz bisitatzen dudala». Nire hitzek interes handia piztu zuten Upendraren aurpegian, eta nik konfiantza handiagoa eman nion.

"Balentria harrigarriak ikusi ditut. Trebeki menperatu ditu hainbat *pranayama* **7-1**"

Patanjalik azaldutako antzinako zortziko yogarena. **7-2** Behin, Bhaduri Mahasayak *Bhastrika Pranayama* egin zuen nire aurrean hain indar harrigarriarekin, ezen benetako ekaitz bat sortu zela zirudien gelan! Orduan, arnasa trumoitsua itzali eta

geldirik geratu zen superkontzientzia egoera altu batean. ~~7-3~~ Ekaitzaren ondorengo bakearen aura ahaztezina zen arte bizia zen."

"Nik entzun hori hau santu inoiz ez hostoak bere etxea." Upendrarena tonua zen bat huskeria sinesgaitz.

"Egia da, bai! Azken hoge urteetan etxe barruan bizi izan da. Gure jai santuetan bere buruari ezarritako araua apur bat lasaitzen du, bere aurreko espaloira iristen denean! Eskaleak han biltzen dira, Bhaduri Santua bere bihotz samurragatik baita ezaguna."

"Nola egiten du bera geratu barruan hau airea, desafiatuz hau legea -ren grabitazioa?"

"Yogi baten gorputzak bere loditasuna galtzen du *pranayama batzuk erabili ondoren* . Orduan, lebitatu edo saltoka ibiliko da igel jauzilari baten antzera. Yoga formalik praktikatzen ez duten santuek ere 7-4 Jainkoarekiko debozio biziko egoeran lebitatzen direla ezagutzen da."

«Jakintsu honi buruz gehiago jakin nahiko nuke. Bere gaueko bileretara joaten al zara?» Upendraren begiak jakin-minez distiratsu zeuden.

"Bai, maiz joaten naiz. Izugarri entretenitzen nau haren jakinduriak duen umoreak. Batzuetan nire barre luzeak haren bilkuraren solemnitetea zapuzten du. Santua ez dago desatsegin, baina bere dizipuluak sastakai itxura dute!"

Arratsalde hartan eskolatik etxera bidean, Bhaduri Mahasayaren klaustrotik pasa nintzen eta bisita egitea erabaki nuen. Yogia publiko orokorrarentzat eskuragarri ez zegoen. Beheko solairuan zegoen dizipulu bakarti batek bere maisuaren pribatutasuna zaintzen zuen. Ikaslea nolabaiteko maisua zen; orain formalki galdetu zidan ea "konpromisorik" nuen. Bere gurua agertu zen garaiz kanporatze azkarretik salbatzeko.

«Mukunda etor dadila nahi duenean». Jakintsuaren begiak distira egin zuten. «Nire bakardade-araua ez da nire erosotasunerako, baizik eta besteena. Munduko jendeari ez zaio gustatzen haien engainuak suntsitzen dituen zintzotasuna. Santuak ez dira arraroak bakarrik, baita kezkarriak ere. Eskrituretan ere, askotan lotsagarriak aurkitzen dira!»

Bhaduri Mahasayari jarraitu nion goiko solairuko bere gela xumeetara, eta gutxitan mugitzen zen bertatik. Maisuek askotan ez dute kontuan hartzen munduko nahasmenaren panorama, fokutik kanpo, aroetan zentratu arte. Jakintsu baten garaikideak ez dira orainaldi estua dutenak bakarrik.

"Maharishi, 7-5 zu dira hau lehenengo yogi Ni izan ezaguna MOE beti egonaldiak barruan."

"Jainkoa landareak bere santuak batzuetan barruan ustekabeko lurzorua, beldurrez gu pentsatu gu maiatza murriztu Bera ra bat agintea!"

Jakintsuak bere gorputz bizia loto-jarreran blokeatu zuen. Hirurogeita hamar urte zituela, ez zuen adinaren edo bizimodu sedentarioaren zantzurik erakusten. Sendoa eta zuzena, alderdi guztietan aproposa zen. Bere aurpegia... *rishi* batena , antzinako testuetan deskribatzen den bezala. Buru noblea, bizar ugarikoa, beti zutik eserita egoten zen, begi lasaiak Nonahikotasunean finkatuta.

The santu eta Ni sartu hau meditaziozko estatua. Ondoren bat ordu, bere leun ahotsa piztuta ni.

"Askotan isiltasunera joaten zara, baina *anubhava garatu al duzu* ?" ⁷⁻⁶ Jainkoa meditazioa baino gehiago maitatzeko gogorarazten ari zitzaidan. "Ez nahastu teknika Helburuarekin".

Mango batzuk eskaini zizkidan. Bere izaera serioan hain atsegina iruditzen zitzaidan umore oneko umore horrekin, esan zuen: "Jendeak, oro har, *Jala Yoga* (janariarekin bat egitea) gehiago gustatzen zaio *Dhyana Yoga* (Jainkoarekin bat egitea) baino".

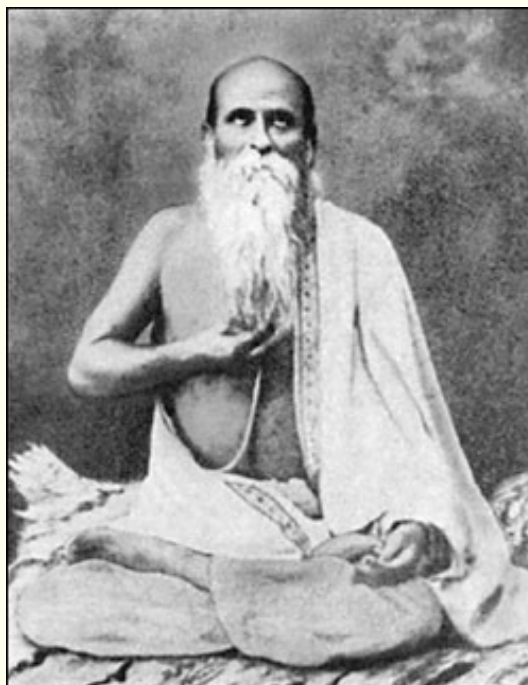
Bere yogiko hitz-jokoa kaltetuta ni oihuka.

«Zer barre egiten duzun!» Maitasun distira bat agertu zitzaion begiradan. Bere aurpegia beti serioa zen, baina irribarre extatiko batez hunkitua. Bere loto begi handiek barre jainkotiar bat gordetzen zuten ezkutuan.

«Gutun horiek Amerika urrunetik datoz». Jakintsuak mahai gainean zeuden hainbat gutun-azal lodi seinalatu zituen. «Han yoga interesa duten kideekin harremanetan jartzen naiz. India berriro deskubritzen ari dira, Kolon baino norabide hobeagoarekin! Pozten naiz haiei laguntzeaz. Yogaren ezagutza doakoa da jaso nahi duten guztientzat, apaingarririk gabeko eguneko argia bezala».

" *Rishiek* giza salbaziorako ezinbestekotzat jotzen dutena ez da Mendebaldearentzat diluitu behar. Arima berdina izan arren kanpoko esperientzian desberdinak izanik, ez Mendebaldea ez Ekialdea ez dira loratuko diziplina-yoga motaren bat praktikatzen ez bada."

Santuak bere begi lasaiekin besarkatu ninduen. Ez nuen konturatu bere hitzaldia gidaritza profetiko ezkutu bat zela. Orain bakarrik, hitz hauek idazten ditudan bitartean, ulertzen dut erabat zer esan nahi zuen maiz egiten zizkidan abisu arruntek, noizbait Indiako irakaspenak Amerikara eramango nituela esanez.



BHADURI MAHASAYA
"The Levitazen Santua"

«Jauna», galdetu nion, «zergatik ez duzu yogari buruzko liburu bat idazten munduaren onerako?» «Dizipuluak entrenatzen ari naiz», erantzun zuen. «Haiek eta haien ikasleak liburuki bizidunak izango dira, denboraren desintegrazio naturalen eta kritikarien interpretazio ez-naturalen aurkako froga».

"Maharishi, Ni nahi zu egingo nuke idatzi bat liburu piztuta yoga -rako hau onura -ren hau mundua."

«Dizipuluak entrenatzen ari naiz. Haiek eta haien ikasleak liburuki bizidunak izango dira, denboraren desintegrazio naturalaren eta kritikarien interpretazio ez-naturalen aurkako froga». Bhaduriren umoreak barre algara bat eragin zidan berriro.

Bakarrik geratu nintzen yogiarekin bere dizipuluak arratsaldean iritsi ziren arte. Bhaduri Mahasaya bere diskurtso paregabeetako batean sartu zen. Uholde baketsu baten antzera, entzuleen hondakin mentalak eramanez, Jainkoaren aldera eramanez. Bere parabola deigarriak bengalera akatsik gabe adierazita zeuden.

Arratsalde honetan Bhaduk Mirabairen bizitzarekin lotutako hainbat puntu filosofiko azaldu zituen, Erdi Aroko Rajputani printzesa bat, gorteko bizitza utzi zuena sadhuen konpainia bilatzeko. Sannyasi handi batek uko egin zion emakumea zelako; haren erantzunak umiltasunez zutiarazi zuen.

«Esaiozu maisuari», esan zuen, «ez nekiela unibertsoan Jainkoa ez den beste gizonezkorik zegoenik; ez al gara denok emakumeak Haren aurrean?» (Jauna Printzipio Sortzaile Positibo bakarra dela dioen kontzepzio biblikoa, bere sorkuntza *maya pasibo bat baino ez baita*).

Mirabaik Indian oraindik ere altxorrez betetako abesti extatiko asko konposatu zituen; horietako bat hemen itzultzen dut:

"Egunero bainatuz Jainkoa ezagutu ahal izango balitz, lehenago izango nintzateke balea bat sakonean;"

Sustraiak eta fruituak janez ezagutu ahal izango balitz, pozik aukeratuko nuke ahuntz baten itxura; Arrosarioen kontaktak agerian utziko balu, nire otoitzak erraldoi aleen gainean egingo nituzke; harrizko irudien aurrean makurtuz agerian utziko balu, suharrizko mendi bat bezala gurtuko nuke apalki; Esnea edanez Jauna edan ahal balitz, txahal eta haur askok ezagutuko lukete;

Emaztea uzteak Jainkoa deituko balu, ez al
lirateke milaka eunuko izango?
Mirabaik badaki Jainkotiarra aurkitzeko
ezinbesteko bakarra Maitasuna dela.

Hainbat ikaslek errupiak jarri zituzten Bhaduriren ondoan zeuden zapatiletan, yoga posturan eserita zegoen bitartean. Indian ohikoa den errespetuzko eskaintza honek adierazten du dizipuluak bere ondasun materialak guruaren oinetan jartzen dituela. Esker oneko lagunak Jauna mozarrotuta baino ez dira, bereak zaintzen dituztenak.

«Maisu, zoragarria zara!» Ikasle batek, agur esanez, sutsuki begiratu zion jakintsu patriarkalari. «Aberastasunak eta erosotasunak uko egin dituzu Jainkoa bilatzeko eta jakinduria irakasteko!» Jakina zen Bhaduri Mahasayak familia-aberastasun handiak utzi zituela haurtzaroan, yogiko bidean buru-belarri sartu zenean.

«Kasua alderantzikatzen ari zara!» Santuaren aurpegiak errieta leun bat erakusten zuen. «Errupia eskas batzuk utzi ditut, batzuk...» txiki plazerrak, -rako bat kosmiko inperioa -ren amaigabea zoriona. Nola orduan izan Ni ukatua neure buruari ezer? Badakit altxorra partekatzearen poza. Sakrifizio bat al da hori? Munduko jende laburra da, benetan uko egiten diotenak! Jainkozko ondasun paregabe bat uzten dute lurreko jostailu gutxi batzuen truke!

Barre egin nuen uko egitearen ikuspegi paradoxiko honekin -Kresoren txapela jartzen dion edozein eskale santuari, milioidun harro guztiak martiri inkontziente bihurtzen dituen bitartean-.

«Jainkozko ordenak gure etorkizuna edozein aseguru-etxek baino jakintsuago antolatzen du». Maisuaren azken hitzak bere fedearen kredo gauzatua izan ziren. «Mundua kanpoko segurtasunean dauden sinestun urduriez beteta dago. Haien pentsamendu mingotsak kopetan dituzten orbainak bezalakoak dira. Gure lehen hatsetik airea eta esnea eman zigunak badaki egunero nola hornitu bere debotoak».

Eskolaz kanpoko erromesaldiak jarraitu nituen santuaren atariraino. Isiltasun sutsuarekin lagundu zidan *anubhava lortzen*. Egun batean Ram Mohan Roy Road-era joan zen bizitzera, nire Gurpar Road etxetik urrun. Bere dizipulu maiteek ermita berri bat eraiki zioten, "Nagendra Math" izenekoa. 7-7

Nire istorioa baino urte batzuk aurrerago jartzen banau ere, Bhaduri Mahasayak esan zizkidan azken hitzak kontatuko ditut hemen. Mendebalderantz abiatu baino lehen, haren bila joan nintzen eta apalki belaunikatu nintzen bere agur bedeinkapena jasotzeko:

"Seme, zoaz Amerikara. Hartu Indiako duintasuna zure ezkutu gisa. Garaipena idatzita dago zure kopetan; urruneko herri nobleak ongi hartuko zaitu."

Mendebaldean, frantziar irakasleak izan ziren superkontzientearen aukerak zientifikoki ikertzeko prest zeuden :7-3 lehenak. gogo. Irakaslea Jules-Bois, kide -ren hau Eskola de Psikologia -ren hau Sorbona, hitzaldia eman barruan Amerika 1928an; bere entzuleei esan zien frantziar zientzialariek superkontzientzia aitortu dutela, "Freuden subkontzientearen guztiz kontrakoa dena eta gizakia benetan gizaki bihurtzen duen gaitasuna dena, eta ez superanimalia bat soilik". Jules-Bois jaunak azaldu zuen goi-kontzientziaren esnatzea "ez zela nahastu behar Couismoarekin edo hipnotismoarekin. Superkontziente baten existentzia aspalditik onartu da filosofikoki, errealitatean SuperArima izanik". ahozko -ren egilea Emerson, baina bakarrik duela gutxi du hura izan aitortua zientifikoki». The Frantsesa zientzialari zorrotz superkontzientziatik inspirazioa, jenioa, balio moralak datozela. "Horretan sinestea ez da mistizismoa, nahiz eta

"aitortua eta baloratua hau ezaugarriak zein mistikoak predikatu zuen

San Teresa -ren Avila eta beste Kristau santuak ziren maiz behatu barruan bat estatu - :7-4

".ren lebitazioa. 7-5: "Jakintsu handia

.Benetakoa pertzepzioa -ren Jainkoa :7-6

. The santu bete izena zen Nagendranath Bhaduri. *Matematika* esan nahi du ermita edo *ashrama* :7-7

KAPITULUA: 8

Indiako Bikaina Zientzialaria, JC Bose

"Jagadisak Chandra Bose-ren haririk gabeko asmakizunak aurretik datatua horiek -ren Markoni."

Ohar probokatzaile hau entzunda, espaloiko irakasle talde batera hurbildu nintzen, eztabaida zientifiko batean murgilduta. Haiekin bat egiteko arrazoia arraza-harrotasuna bazen ere, damutzen naiz. Ezin dut ukatu Indiak fisikan, eta ez metafisikan bakarrik, paper garrantzitsua izan dezakeela frogatzen duen ebidentzian dudan interes handia dudala.

"Zer? egin zu esan nahi du, jauna?"

Irakasleak adeitasunez azaldu zuen. "Bose izan zen haririk gabeko koheregailu bat eta uhin elektrikoen errefrakzioa adierazteko tresna bat asmatu zituen lehena. Baina zientzialari indiarrek ez zituen bere asmakizunak komertzialki ustiatu. Laster, mundu ez-organikotik organikora bideratu zuen arreta. Landare-fisiologo gisa egindako aurkikuntza iraultzaileek fisikari gisa egindako lorpen erradikalak ere gaingitzen ari dira."

Adeitasunez eskerrak eman nizkion nire tutoreari. Hark gaineratu zuen: «Zientzialari bikaina nire anaia irakasleetako bat da Presidency Collegen».

Hurrengo egunean bisita egin nion jakintsuari bere etxean, nire ondoan zegoen Gurpar errepidean. Aspalditik miresten nuen errespetuzko distantzia batetik. Botanikari serio eta erretiratuak adeitasunez agurtu ninduen. Berrogeita hamar urte inguruko gizon eder eta sendoa zen, ile lodi, kopeta zabal eta ametslari baten begi distraituak zituena. Bere tonuaren zehaztasunak bizitza osoko zientzia-ohitura erakusten zuen.

"Duela gutxi Mendebaldeko zientzia-elkarteetara egindako espedizio batetik itzuli naiz. Bertako kideek interes handia erakutsi zuten nire asmakizuneko tresna delikatuak, eta horiek erakusten dute..."

bizitza guztiaren batasun zatiezina. **8-1** Bose kreskografoak hamar milioi handitze-ahalmena du. Mikroskopiaok milaka aldiz baino ez du handitzen; hala ere, bultzada garrantzitsua eman zion zientzia biologikoari. Kreskografoak ikuspegi kalkulaezinak irekitzen ditu.

"Asko egin duzu, jauna, Ekialdea eta Mendebaldea zientziaren beso inbertsonaletan besarkatzea bizkortzeko ."

"Cambridgen hezi nintzen. Zein miresgarria den Mendebaldeko metodoa teoria guztia egiaztapen experimental zorrotzari men egiteko! Prozedura enpiriko hori eskutik esku joan da nire Ekialdeko ondarea den introspekziarako dohainarekin. Elkarrekin, denbora luzez komunikatibo egon ez diren natura-erresumen isiluneak hausteko aukera eman didate. Nire kreskografoaren **8-2 taula adierazgarriek...**" eszeptikoenentzat frogak dira landareek nerbio-sistema sentikorra eta askotarikoa dutela bizitza emozionala. Maitasuna, gorrotoa, poza, beldurra, plazerra, mina, kitzikagarritasuna, estuporra eta estimuluei ematen zaizkien erantzun egoki ugariak landareetan zein animalietan unibertsalak dira."

"Sorkuntza osoan bizitzaren taupada paregabea irudi poetikoa baino ez zirudien zure etorreraren aurretik, irakaslea! Behin ezagutu nuen santu batek ez zituen inoiz loreak hartuko. 'Lapurtu behar diot arrosoari edertasunaren harrotasuna? Krudelki iraindu behar diot bere duintasuna nire kentze zakarrarekin?' Bere hitz solidarioak literalki egiaztatzen dira zure aurkikuntzen bidez!"

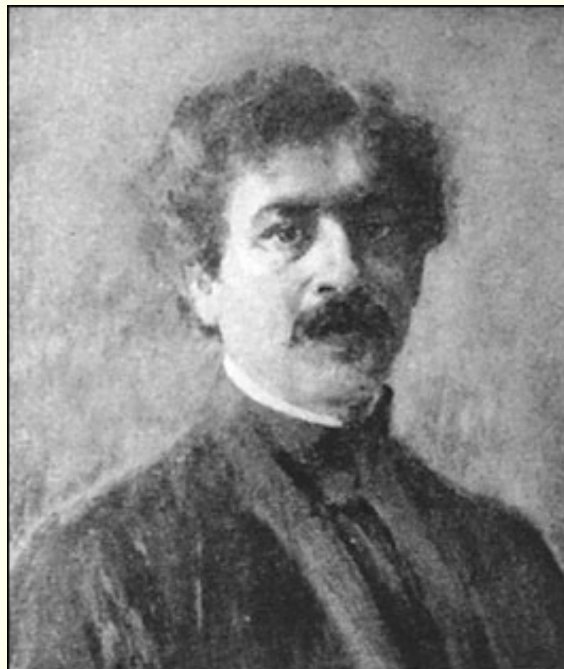
"Poeta egiarekin intimitatea du, zientzialaria, berriz, trakets hurbiltzen da. Zatoz noizbait nire laborategira eta ikus ezazu kreskografoaren lekukotasun zalantzarik gabea."

Esker onez onartu nuen gonbidapena, eta alde egin nuen. Geroago entzun nuen botanikariak Presidency College utzi zuela, eta ikerketa zentro bat planifikatzen ari zela Kalkutan.

Bose Institutua ireki zutenean, inaugurazio-elizkizunetan egon nintzen. Ehunka lagun ibili ziren sutsuki instalazioetan zehar. Zientziaren etxe berriaren arte eta sinbolismo espiritualak liluratu ninduen. Bere ate nagusia, ohartu nintzen, urrutiko santutegi bateko mende bateko erlikia bat zen. Lotoaren atzean **8-3** iturriak, zuzi batekin eskultorekatutako emakumezko irudi batek, emakumearekiko indiar errespetua adierazten zuen, argi-eramaile hilezko gisa. Lorategian fenomenoaren atzean dagoen Noumenoi sagaratutako tenplu txiki bat zegoen. Jainkozko gorpuzkeraren pentsamendua aldare- irudirik ez egoteak iradokitzen zuen.



Neu neu -n Adina sei



JAGADIS TXANDRA BOSE

Indiako bikaina fisikaria, botanikari, eta asmatzaile -ren hau Kreskografoa

Bose-ren hitzaldia piztuta hau bikaina okasio baliteke izan emana -tik hau ezpainak -ren bat -ren hau inspiratuta antzinako

. *rishiak*

"Gaur Institutu hau ez da laborategi soil bat, tenplu bat baizik" eskaintzen dut. Bere errespetuzko solemnitatea ikusezin kapa baten antzera estali zen jendez gainezka zegoen auditorioan. "Nire ikerketetan zehar, inkontzienteki fisikaren eta

fisiologiaren arteko mugako eskualdera eramán ninduten. Harrituta, aurkitu nuen..."

muga-lerroak desagertzen eta kontaktu-puntuak agertzen, bizidunen eta bizigabeen eremuen artean. Materia ez-organikoa ez zen inertetzat hartzen; zirrara sentitzen zuen indar ugariren eraginpean.

"Erreakzio unibertsal batek metala, landarea eta animalia lege komun baten menpe jarri zituela zirudien. Funtsean, guztiek nekea eta depresioa bezalako fenomeno berdinak erakusten zituzten, suspertzeko eta..." -ren goraipamena, bezala ondo bezala hau iraunkorra erantzunik eza lotutako -rekin heriotza. Beteta Orokortze izugarri honen aurrean harrituraz, itxaropen handiz iragarri nituen nire emaitzak Royal Society-ren aurrean - esperimenduek frogatutako emaitzak. Baina bertan zeuden fisiologoek aholkatu zidaten ikerketa fisikoetara mugatzea, non nire arrakasta ziurtatuta zegoen, haien lurraldeetan sartu beharrean. Nahi gabe, ezezaguna zen kasta-sistema baten eremuan sartu nintzen eta, horrela, haren etiketa iraindu nuen.

"Inkontzienteki teologikoki joera bat ere bazegoen, ezjakintasuna federekin nahasten duena. Askotan ahaztu egiten da sorkuntzaren misterio etengabe eboluzionatzen ari den honek inguratzen gaituen Hark ere txertatu duela galdetzeko eta ulertzeko nahia. Urte askotako ulermen okerraren ondoren, jakin nuen zientziaren jarraitzaile baten bizitza etengabeko borroka beteta dagoela. Berari dagokio bere bizitza eskaintza sutsu gisa botatzea, irabazia eta galera, arrakasta eta porrota bat bezala hartuta."

"Denborarekin, munduko zientzia-elkarte nagusiek nire teoriak eta emaitzak onartu zituzten, eta Indiako zientziari egindako ekarpenaren garrantzia aitortu zuten. **8-4** Indiako gogoia ase al dezake ezer txiki edo mugatu batek? Tradizio bizi jarraitu baten eta gartzetzeko ahalmen bizi baten bidez, lurralde honek bere burua berregokitu du eraldaketa amaigabeen bidez. Beti sortu dira indiarak, orduko sari berehalako eta xurgatzailea baztertzuz, bizitzako ideal gorenak gauzatzea bilatu dutenak, ez uko pasiboaren bidez, baizik eta borroka aktiboaren bidez. Gatazka ukatu duen ahulak, ezer lortu gabe, ez du ezer ukatzeko. Ahalegindu eta irabazi duenak bakarrik aberastu dezake mundua bere esperientzia garailearen fruituak emanaz.

"Bose laborategian materiaren erantzunari buruz egindako lanak eta landareen bizitzan izandako ustekabeko errebelazioek ikerketa-eremu zabalak ireki dituzte fisikan, fisiologian, medikuntzan, nekazaritzan eta baita psikologian ere. Orain arte konponezintzat jotzen ziren arazoak ikerketa esperimentalaren esparruan sartu dira orain."

"Baina arrakasta handia ez da lortuko zehaztasun zorrotzik gabe. Horregatik daude nire diseinuko tresna eta aparatu supersentikorren multzo luzea, gaur sarrerako aretoan dauden kutxetan. Itxura engainagarriaren atzean ikusten ez den errealtatera iristeko ahalegin luzeak kontatzen dizkizute, giza mugak gainditzeko behar den etengabeko lan, iraunkortasun eta baliabidetasunaz. Zientzialari sortzaile

guztiek dakite benetako laborategia adimena dela, non ilusioen atzean egiaren legeak aurkitzen dituzten."

"Hemen emango diren hitzaldiak ez dira bigarren eskuko ezagutzaren errepikapen hutsak izango. Areto hauetan lehen aldiz erakutsitako aurkikuntza berriak iragarriko dituzte. Institutuaren lanaren argitalpen erregularraren bidez, Indiako ekarpen hauek mundu osora iritsiko dira."

Jabetza publiko bihurtuko dira. Ez da inoiz patenterik hartuko. Gure kultura nazionalaren espirituak eskatzen du betiko libre egotea ezagutza norberaren irabazirako soilik erabiltzearen profanaziotik.

"Nire nahia da, gainera, Institutu honetako instalazioak, ahal den neurrian, herrialde guztietako langileentzat eskuragarri egotea. Honetan, nire herrialdeko tradizioak mantentzen saiatzen ari naiz. Hogeita bost mende lehenago, Indiak munduko leku guztietako jakintsuak hartu zituen bere unibertsitate zaharretan, Nalanda eta Taxila-n."

"Nahiz eta zientzia da ez bata ez bestea -ren hau Ekialdea ezta -ren hau Mendebaldea baina baizik nazioarteko barruan bere unibertsaltasuna izan arren, India bereziki prestatuta dago ekarpen handiak egiteko. **8-5** Indiako irudimen sutsua, itxuraz kontraesankorrak diren gertakarien multzo batetik ordena berria ateratzeko gai dena, kontzentrazio ohiturak kontrolpean mantentzen du. Murritzeta honek adimena egiaren bilaketan pazientzia infinituarekin mantentzeko ahalmena ematen du.

Malkoak begietan jarri zitzaizkidan zientzialariaren azken hitzak entzutean. Ez al da "pazientzia" Indiaren sinonimoa, Denbora eta historialariak nahasiz?

Ikerketa zentroa berriro bisitatu nuen, irekiera egunaren ondoren. Botanikari handiak, bere promesa gogoratuz, bere laborategi lasaira eraman ninduen.

"Kreskografoa iratze honi erantsiko diot; handitzea izugarria da. Barraskilo baten arakatze-bidea handituko balitz..." barruan hau berdina proportzioa, hau izaki egingo nuke agertu ra izan bidaiatzen bezala bat adierazi trena!"

Nire begirada irrikaz zegoen iratzearen itzal handitua islatzen zuen pantailan. Bizi-mugimendu txikiak argi eta garbi hautematen ziren orain; landarea oso poliki hazten ari zen nire begi liluratuen aurrean. Zientzialariak iratzearen punta ukitu zuen metalezko barra txiki batekin. Garatzen ari zen pantomima bat-batean gelditu zen, erritmo elokumenteak berreskuratuz makila kendu bezain laster.

«Ikusi duzu edozein kanpoko interferentzia txikik kalte egiten diela ehun sentikorrei», esan zuen Bosek. «Begira; orain kloroformoa emango dizut, eta gero antidotoa».

Kloroformoaren efektuak hazkunde guztia eten zuen; antidotoa berpizgarria zen. Pantailan eboluzio-keinuek "film" argumentu batek baino gehiago harrapatu ninduten. Nire lagunak (hemen gaizkilearen paperean) tresna zorrotz bat sartu zuen iratzearen zati batetik; mina espasmo-dardara batzuek adierazten zuten. Labana bat zurtoinaren zati batetik pasatu zuenean, itzala bortizki astindu zen, eta gero isildu egin zen heriotzaren azken puntuazioarekin.

«Lehenik eta behin, zuhaitz erraldoi bat kloroformatuz, transplante arrakastatsu bat lortu nuen. Normalean, basoko monarka horiek oso azkar hiltzen dira mugitu ondoren». Jagadisek pozik irribarre egin zuen bizitza salbatzeko maniobra kontatzen zuen bitartean. «Nire aparatu delikatuaren grafikoek frogatu dute zuhaitzek zirkulazio-sistema dutela; haien izerdiaren mugimenduak animalien gorputzen odol-presioarekin bat datoz. Izerdiaren igoera ez da azaltzen ohiko arrazoi mekanikoetan, hala nola erakarpen kapilarrean. Fenomenoa kreskografoaren bidez konpondu da zelula bizidunen jarduera gisa. Uhin peristaltikoak zuhaitz batetik behera doan hodi zilindriko batetik ateratzen dira eta...»

benetako bihotz gisa balio du! Zenbat eta sakonago hautematen dugun, orduan eta deigarriagoa da plan uniforme batek forma guztiak natura anitzetan lotzen dituela frogatzen duena."

The bikaina zientzialari zorrotz ra beste bat Bose tresna.

"Lata zati batekin egindako esperimentuak erakutsiko dizkizuet. Metalen bizi-indarrak estimuluei modu kaltegarrian edo onuragarrian erantzuten die. Tinta-markek erreakzio desberdinak erregistratuko dituzte."

Sakonki murgilduta, egitura atomikoaren uhin bereizgarriak erregistratzen zituen grafikoa ikusi nuen. Irakasleak kloroformoa eztaian aplikatu zuenean, idazkera bibrationalak gelditu egin ziren. Metala poliki-poliki bere egoera normalera itzultzen zen heinean, berriro hasi ziren. Nire lagunak eman zidan... produktu kimiko pozoitsua. Lataren mutur dardartiarekin batera, orratza izugarri heriotza-abisu bat idatzi zuen taula batean.

"Bose tresnek frogatu dute metalak, hala nola guraizeetan eta makinetan erabiltzen den altzairua, nekearen menpe daudela eta aldizkako atsedenaldiaren bidez eraginkortasuna berreskuratzen dutela. Metalen bizi-pultsua larriki kaltetzen edo itzaltzen da korrante elektrikoaren edo presio handiaren aplikazioaren bidez."

Ni begiratu inguruan hau gela -n hau ugari asmakizunak, elokuyente testigantza -ren bat nekaezin asmamena.

"Jauna, tamalgarria da nekazaritza-garapen masiboa ez bizkortzea zure mekanismo zoragarrien erabilera osoagoarekin. Ez al litzateke erraz izango horietako batzuk laborategiko esperimentu azkarretan erabiltzea ongarri mota desberdinek landareen hazkuntzan duten eragina adierazteko?"

"Zurekin ados zaude. Bose instrumentuak etorkizuneko belaunaldiek ugari erabiliko dituzte. Zientzialariak gutxitan ezagutzen du garaikideko saria; nahikoa da zerbitzu sortzailearen poza edukitzea."

Nekaezin jakintsuari esker oneko keinuekin, alde egin nuen. «Agortu al daiteke inoiz haren jenioaren emankortasun harrigarria?», pentsatu nuen.

Urteekin ez zen gutxitzerik etorri. "Kardiografo Erresonantea" izeneko tresna konplexu bat asmatuz, Bosek ikerketa zabalak egin zituen Indiako landare ugari buruz. Sendagai erabilgarrien farmakopea erraldoi eta susmaezin bat agerian geratu zen. Kardiografoa zehaztasun hutsezin batekin eraikita dago, eta segundo baten ehunen bat adierazten du. grafiko bat. Erresonantzia-erregistroek landare, animalia eta gizakien pultsazio infinitesimalak neurtzen dituzte. egitura. Botanikari handiak iragarri zuen bere kardiografoaren erabilerak bizisekzioa ekarriko zuela landareak animalien ordeez.

«Landare bati eta animalia bati aldi berean emandako sendagai baten efektuen alboz alboko grabazioek emaitza aho batez harrigarria erakutsi dute», adierazi zuen.

«Gizakiarengan dena landarean iragarrita dago. Landarediarekin egindako esperimentazioek gizakiaren sufrimendua arintzen lagunduko dute».

Urte batzuk geroago, Bose-ren landare aitzindarien aurkikuntzak beste zientzialari batzuek berretsi zituzten. 1938an Columbia Unibertsitatean egindako lana *The New York Times egunkariak* honela jakinarazi zuen:

Azken urteotan zehaztu da nerbioek mezuak transmititzen dituztenean garunaren eta gorputzeko beste atal batzuen artean, bulkada elektriko txikiak sortzen ari dira. Bulkada hauek galvanometro delikatuarekin neurtu dira eta milioika aldiz handitu dira anplifikazio-aparatu modernoekin. Orain arte ez da metodo egokirik aurkitu animalia bizidunen edo gizakien nerbio-zuntzetan zehar bulkaden igarotzea aztertzeko, handia delako... bulkada hauek bidaiatzen duten abiadura.

K. S. Cole eta H. J. Curtis doktoreek aurkitu zutela jakinarazi zuten urrezko arrain-ontzietan maiz erabiltzen den nitella landarearen zelula luzeak nerbio-zuntz bakunenekin ia berdinak direla. Gainera, aurkitu zuten nitella zuntzek, kitzikatzean, animalien eta gizakien nerbio-zuntzen antzeko uhin elektrikoak hedatzen dituztela, abiadura izan ezik. Landarearen nerbio-bulkada elektrikoak animalienak baino askoz motelagoak zirela ikusi zen. Horregatik, aurkikuntza hau baliatu zuten Columbiako langileek nerbioetan bulkada elektrikoen igarotzearen irudi motelak ateratzeko bide gisa.

Nitella landarea, beraz, Rosetta harri moduko bat bihur daiteke gogoaren eta materiaren mugatik gertu dauden sekretu gordeak deszifratzeko.

Rabindranath Tagore poeta Indiako zientzialari idealistaren lagun sutsua izan zen. Bengalako abeslari gozoak lerro hauek zuzendu zizkion: **8-6**

sama izeneko ereserki zahar horren hitz
autentikoekin ; "Jaiki! Esnatu!" Deitu bere
jakinduria *shastrikoa alferrikako eztabaida*
pedanteetatik harrotzen den gizonari , dei
harroputz ergela horri naturaren aurpegira,
lur zabal honetara, bidali dei hau zure
ikasle taldeari; elkartu zure suaren
sakrifizioaren inguruan.
Bil daitezela denak. Horrela itzul
dadila gure India, gure antzinako
lurraldea beregana.
O, berriro ere lan irmora itzuli,
betebeharra eta debozioa, bere
transera
-ren serio meditazioa; utzi bera eseri
Berriz ere lasai, gutiziarik gabe, borrokarik

gabe, garbi, oi, berriro ere bere eserleku
garaian
Eta plataforma, irakasle -ren guztiak lurrak.

.....

8-1 : "Guztiak zientzia da transzendentala edo bestela paseak urrun. Botanika da orain eskuratzea hau eskuin teoria-
avatarrak -ren Brahma historia naturalaren testuliburuak izango dira laster." - *Emerson* .

8-2 : -tik hau Latin erroa, *hazten* , ra handitu. -rako bere kreskografo eta beste asmakizunak, Bose zen zaldun izendatua
barruan 1917.

8-3 : The lotoa lore da bat antzinako jainkotiar sinbolo barruan India; bere zabaltzen petaloak iradoki hau hedapena
-ren hau arima; Jatorrizko lokatzetik bere edertasun hutsaren hazkuntzak promesa espiritual onbera bat dauka
barnean.

8-4 "Gaur egun, kasualitate hutsak bakarrik ekartzen du India estatubatuar unibertsitateko ikasleen ikuspuntuan. Zortzi
unibertsitatek (Harvard, Yale, Columbia, Princeton, Johns Hopkins, Pennsylvania, Chicago eta Kalifornia) Indologia edo
Sanskrito katedrak dituzte, baina India ia ez dago ordezkaturik historia, filosofia, arte eder, zientzia politiko sailetan,"
soziologia, edo edozein -ren hau beste sailak -ren intelektual esperientzia barruan zein, bezala gu izan ikusita, India du
ekarpen handiak egin zituen. Ondorioz, uste dugu ez dagoela inongo ikasketa-sailetan, batez ere humanitateetan,
edozeinetan

unibertsitate garrantzitsu bat guztiz hornituta egon daiteke bere diziplinaren fase indiarretan behar bezala trebatutako
espezialistarik gabe. Uste dugu, ere, hori bakoitza unibertsitate zein helburuak ra prestatu bere graduatu -rako
adimentsu lan barruan hau mundua zein da ra izan haiena bizi barruan, behar izan piztuta bere langileak bat jakintsu
eskudun barruan hau zibilizazioa -ren India."-Laburpenak -tik bat artikulua egilea Irakaslea W. Norman Marroia -ren hau
Unibertsitatea -ren Pennsylvania zein agertu barruan hau Maiatza, 1939an, arazo -ren hau *Buletina* -ren hau Amerikako
Kontseilua -ren Ikasi Elkartek, 907 15. San, Washingtonen, D. C., 25 zentimo kopia. Hau arazo (#28) dauka gainetik
.100 "Indiar Ikasketetarako Oinarrizko Bibliografia"-ren orrialdeak

8-5 : The atomikoa egitura -ren kontua zen ezaguna ra hau antzinako Hinduak. Bat -ren hau sei sistemak -ren Indiarra
filosofia *Vaisesika* da , -tik hau Sanskritoa erroa *bisak* , "atomikoa indibidualtasuna». Bat -ren hau lehenik *Vaisesika*
azalpenak ematen dituztenak zen Aulukya, Kanada ere deitua, "atomo-jalea", duela 2800 urte inguru jaioa.

East-West aldizkarian argitaratutako artikulua batean , *Vaisesikako ezagutza zientifikoaren* laburpena honela eman zen:
"Teoria atomiko' modernoaren zientziaren aurrerapen berritzaile hartzen den arren, aspaldi azaldu zuen bikain Kanadak,
'atomo-jaleak'. Sanskritozko *uzkia* 'atomo' gisa itzul daiteke, azken honen grezierazko zentzu literalean, 'ebaki gabea'
edo zatiezina. K.a. garaiko *Vaisesikako* tratatuen beste azalpen zientifiko batzuk hauek dira: (1) orratzen mugimendua"
aldera imanak, (2) hau zirkulazioa -ren ura barruan landareak, (3) *akash* edo eterra, geldo eta egiturarik gabekoa, bezala
bat oinarri indar sotilak transmititzeko, (4) eguzki-sua beste bero mota guztien kausa gisa, (5) beroa aldaketa
molekularraren kausa gisa, (6) grabitazio-legea lurreko atomoei dagokien ezaugarriak eragindakoa, erakarpen-ahalmena
emateko edo beheantza tira, (7) hau zinetikoa natura -ren guztiak energia; kausalitate bezala beti errotuta barruan bat
gastu -ren energia edo birbanaketa bat. -ren mugimendua, (8) unibertsala disoluzio zehar hau desintegrazio -ren
atomoak, (9) hau erradiazioa -ren beroa eta argi izpiak, partikula infinituki txikiak, norabide guztietan abiadura
, pentsaezinarekin jaurtitzen direnak (gaur egungo 'izpi kosmikoen' teoria)

.hau erlatibitatea -ren denbora eta espazioa (10)

Vaisesika esleitutako hau jatorria -ren hau mundua ra atomoak, betiereko barruan haien natura, hau da, haien azken "
Atomo bat eguzki-energia txiki berezitasunak. Hauek atomoek etengabeko bibrazio-mugimendua zutela uste zen.
bat dela aurkitu berri da

sistema egingo nuke izan ez albisteak ra hau zaharra *Vaisesika* filosofoak, MOE baita ere murriztua denbora ra bere
urrunen matematiko kontzeptua denbora-unitate txikiena (*kala*) deskribatuz, atomo batek bere espazio-unitatea
.zeharkatzeko behar duen denbora gisa

8-6 : Itzulia -tik hau Bengalera -ren Rabindranath Tagore, egilea Manmohan Ghosh, barruan *Viswa- Bharati*.

KAPITULUA: 9

The Zoriontsu Debotoa Eta Bere Kosmikoa Erromantzea

"Txikia jauna, mesedez izan eserita. Ni naiz hitz egiten ra nire Jainkotiarra Ama."

Isil-isilik sartu nintzen gelara, harridura handiz. Mahasaya maisuaren aingeru itxurak itsutu egin ninduen. Bizar zuri leun eta begi handi eta distiratsuekin, garbitasunaren enkarnazio bat zirudien. Kokots altxatuak eta esku tolestuak jakinarazi zidaten nire lehen bisitak bere debozioen erdian asaldatu zuela.

Bere agur hitz xumeek nire izaerak orain arte jasan duen efekturik bortitzena eragin zuten. Amaren heriotzaren banaketa mingotsa atsekabe guztien neurritzat hartu nuen. Orain, Ama Jainkotiarrengandik banantzearen agonia espirituaren tortura deskribaezina zen. Lurrera erori nintzen intzirika.

"Txikia jauna, isil zeure burua!" The santu zen enpatikoki larrituta.

Ozeanoko basamortu batean abandonatuta, haren oinak heldu nituen nire

erreskate-baltsa bakar gisa. "Jaun santua, zure bitartekaritza! Eskatu

Jainkozko Amari ea faboreren bat aurkitzen dudan haren aurrean!"

Hau promesa da bat ez erraz emana; hau maisu zen mugatua ra isiltasuna.

Zalantzarik gabe, konbentzituta nengoen Mahasaya Maisua Ama Unibertsalarekin elkarrizketa intimoan zegoela. Umiliazio sakona izan zen konturatzea nire begiak itsu zeudela Amarentzat, une hartan ere santuaren begirada akatsgabearentzat hautemangarria zenarentzat. Lotsagabeki haren oinak helduta, haren kexu leunei entzungor, behin eta berriz eskatu nion bere esku-hartze grazia.

«Zure erregua egingo diot Maiteari». Maisuak amore eman zuen irribarre motel eta errukitsu batekin.

Zer? boterea barruan horiek gutxi hitzak, hori nire izatea beharko luke jakin askatu -tik bere ekaitztsu erbesteratzea?

«Jauna, gogoratu zure promesa! Laster itzuliko naiz bere mezuaren bila!» Poztasun-itxaropen bat nabaritu zen nire ahotsan, duela une batzuk atsekabeaz negarrez ari nintzenean.

Eskailera luzea jaistean, oroitzapenek gainezka egin zidaten. Amherst kaleko 50. zenbakiko etxe hau, gaur egun Mahasaya maisuaren bizilekua, nire familiaren etxea izan zen behin, nire amaren heriotzaren eszenatokia. Hemen nire bihotz gizatiarra hautsi zen desagertutako amagatik; eta hemen gaur nire espiritua Ama Jainkotiarren gabeziak gurutziltzatu balu bezala izan da. Horma santuak, nire min

larrien eta azken sendaketaren lekuko isila!

Nire urratsak bizkor ibili ziren Gurpar Road-eko etxera itzultzean. Nire ganbara txikiaren bakardadea bilatuz, meditazioan egon nintzen hamarrek arte. Indiako gau epelaren iluntasuna bat-batean ikuspegi miragarri batek argitu zuen.

Distiraz inguratuta, Ama Jainkotiarra nire aurrean zegoen. Bere aurpegia, samurki irribarretsu, edertasuna bera zen.

"Beti izan Ni maite izan zu! Inoiz izango da Ni maitasuna zu!"

The zeruko tonuak oraindik dei-jotzailea barruan hau airea, Bera desagertu egin zen.

Hurrengo goizean eguzkia ia ez zen dekorazio angelu batera iritsi Mahasaya maisuari bigarren bisita egin nionean. Oroitzapen hunkigarrien etxeko eskailerak igota, laugarren solairuko gelara iritsi nintzen. Ate itxiaren heldulekua oihal batez inguratuta zegoen; santuak intimitatea nahi zuela adierazi zidan. Eskaileran zalantzan nengoela, maisuaren esku atseginak ireki zuen atea. Bere oin santuetan belaunikatu nintzen. Jolasti, aurpegian maskara solemne bat jantzi nuen, jainkozko poza ezkutatzeko.

"Jauna, oso goiz etorri naiz, aitortzen dut! Zure mezua jasotzera. Ama Maiteak ezer esan al du nire inguruan?"

"Bihurria txiki jauna!"

Ez beste bat ohar egingo nuke bera egin. Antza denez nire suposatu grabitatea zen ikusgarritasunik gabekoa.

"Zergatik beraz misterioitsu, beraz iheskorra? Egin santuak inoiz ez hitz egin argi eta garbi?" Agian Ni zen bat txiki probokatua.

«Probatu egin behar nauzu?» Bere begi lasaiak ulermenez beteta zeuden. «Gehitu al diezaioket hitz bakar bat gaur goizean atzo gaueko hamarretan Ama Ederrak berak eman zizun ziurtasunari?»

Mahasaya maisuak nire arimaren ate uholdeen gaineko kontrola zuen: berriro ere bere oinetan lurrera bota nintzen. Baina oraingoan nire malkoak zoriontasun batetik sortu ziren, eta ez jasanezina zen min batetik.

"Uste al duzu zure debozioak ez zuela Erruki Infinitua ukitu? Jainkoaren Amatasunak, giza zein jainkozko formetan gurtu duzunak, ez du inoiz huts egiten zure oihu abandonatuari erantzuteko."

Nor zen santu xume hau, zeinaren eskaera txikienak Espiritu Unibertsala eginda onarpen gozoarekin topo egin zuen? Munduan zuen eginkizuna apala zen, ezagutu dudak gizon apal handienari zegokion bezala. Amherst kaleko etxe honetan, Mahasaya maisua **9-1** Mutilentzako institutu txiki bat zuzendu zuen. Ez zen zigorrik esan; ez zegoen arau eta araudirik bere diziplina mantentzeko. Matematika maila altua irakasten zen ikasgela xume hauetan, eta maitasunaren kimika ez zegoen testuliburuetan. Bere jakinduria kutsadura espiritualaren bidez zabaldu zuen, arau iragazgaitzen bidez baino.

Jainkozko Amarekiko grina ez-sofistikatu batek jota, santuak ez zuen errespetuzko kanpoko formak eskatzen haur batek baino gehiago.

«Ez naiz zure gurutza; pixka bat geroago etorriko da», esan zidan. «Bere gidaritzapean, Jainkoarekiko dituzun esperientziak, maitasun eta debozio aldetik, haren jakinduria ulertezinaren terminoetara itzuliko dira».

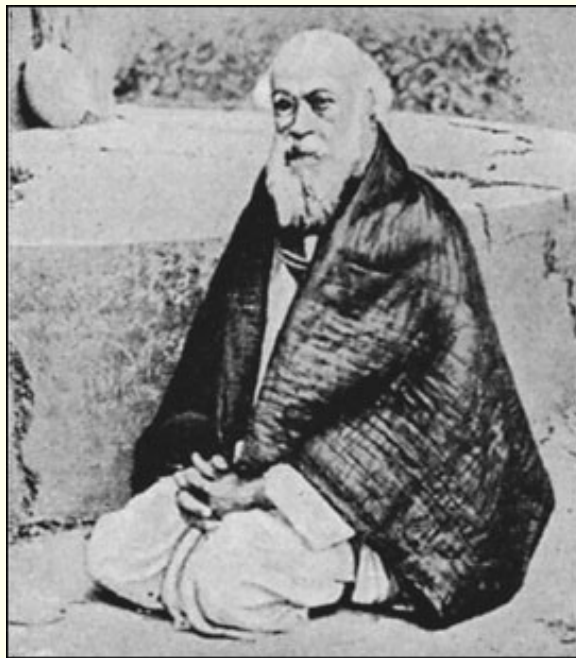
Arratsalde oro, Amherst kalera joaten nintzen. Mahasaya maisuaren kopa jainkotiarra bilatzen nuen, hain betea ezen egunero tantak nire gainera isurtzen baitziren. Inoiz ez nintzen errespetu osoz makurtu; orain pribilegio neurtezina sentitzen nuen Mahasaya maisuak santutzen zuen lur bera zapaltzea ere.

«Jauna, mesedez, eraman ezazu zuretzat bereziki egin dudan champak girlanda hau». Arratsalde batean iritsi nintzen, lore-katea eskuan nuela. Baina lotsati alde egin zuen, ohorea behin eta berriz ukatuz. Hausnartuz... nire mina, azkenean irribarre egin zuen baimena emanaz.

«Biok Amaren debotoak garenez, koroa jar dezakezu gorputz-tenplu honetan, barruan bizi den Hari eskaintza gisa». Bere izaera zabalak ez zuen inolako gogoeta egoistarik oinarri hartzeko lekurik.



BI ANAIK -KO THERESE NEUMANN
Ni zutik -rekin haiek barruan Konnersreuth, Bavaria.



MAISUA MAHASAYA

Inoiz murgilduta barruan bere zoriontsu kosmiko amodioa.

«Goazen bihar Dakshineswar tenplura, nire guruak betiko santutua».
Mahasaya maisua Kristoren antzeko maisu baten, Sri Ramakrishna
Paramhansaren, dizipulua izan zen.

Hurrengo goizean, lau miliako bidaia Ganges ibaian egin genuen itsasontziz. Kaliren bederatzi kupulako tenpluan sartu ginen, non Ama Jainkotiarra eta Shivaren irudiak zilarrezko loto leundu baten gainean dauden, mila petalo zehaztasunez zizelkatuta. Mahasaya maisua liluraz irribarre egiten zuen. Maitatuarekin zuen amodio agortezin batean murgilduta zegoen. Bere izena kantatzen zuen bitartean, nire bihotz liluratua mila zatitan hautsi zela zirudien.

Geroago, barruti sakratuetan zehar ibili ginen, tamarisko-sail batean geldituz. Zuhaitz honek isurtzen zuen mana Mahasaya maisuak ematen zuen janari zerutiarraren sinboloa zen. Bere jainkozko deialdiak jarraitu zuten. Zurrun eta geldirik eserita nengoen belar gainean, tamarisko arrosa lumadunen artean. Aldi baterako gorputzetik kanpo, bisita zerutiar batean hegan egin nuen.

Hau izan zen Dakshineswarrera egindako erromesaldi askoren lehena irakasle santuarekin. Harengandik ikasi nuen Jainkoaren gozotasuna Amaren edo Jainkozko Errukiaren alderdian. Haur santuak ez zuen ia erakargarritasunik aurkitzen Aitaren edo Jainkozko Justiziaren alderdian. Epaiketa zorrotz, zehatz eta matematikoa arrotza zitzaidan. bere izaera leunari.

«Zeruko aingeruentzat prototipo lurtarra izan daiteke!», pentsatu nuen maitasunez, egun batean otoitz egiten ikusten nuela. Kritikarik edo gaitzespenik gabe, mundua aztertzen zuen Jatorrizko Garbitasunarekin ohituta zeuden begiekin. Bere gorputza,

adimena, hizkera eta ekintzak ahaleginik gabe harmonizatzen ziren bere arimaren sinpletasunarekin.

«Nire Maisuak esan zidan hori». Baieztapen pertsonalak alde batera utziz, santuak edozein aholku jakintsu amaitzen zuen omenaldi aldaezin honekin. Hain sakona zen Sri Ramakrishnarekin zuen identitatea, ezen Mahasaya Maisuak ez...

luzeagoa kontuan hartu bere pentsamenduak bezala bere berea.

Eskuz esku, santua eta biok bere eskolako kalean paseatzen ginen arratsalde batean. Nire poza itzali egin zen ezagun harroputz baten etorrerak, eta honek elkarrizketa luze batekin zamatuta gintuen.

«Ikusten dut gizon honek ez zaituela gustuko». Santuak niregana zuzendutako xuxurla ez zuen entzun bere bakarriketaz liluratuta zegoen egoistak. «Jainkozko Amarekin hitz egin dut honi buruz; badaki gure egoera tristea. Etxe gorri horretara iritsi bezain laster, negozio premiazkoagoez gogoraraziko diola agindu dit».

Nire begiak salbazioaren lekura itsatsita zeuden. Ate gorrira iritsita, gizona, arrazoirik gabe, buelta eman eta alde egin zuen, esaldia amaitu edo agur esan gabe. Aire erasotua bakeak kontsolatu zuen.

Beste egun batean, Howrah tren geltokiaren ondoan bakarrik nenbilen. Une batez tenplu baten ondoan gelditu nintzen, isilik danborra eta txindatak zituzten gizon talde txiki bat kritikatzeko, bortizki kantu bat erreztatzen ari baitziren.

«Zein deboziorik gabe erabiltzen duten Jaunaren jainkozko izena errepikapen mekanikoan», hausnartu nuen. Mahasaya maisuaren hurbilketa azkarrak nire begirada harritu zuen. «Jauna, nola etorri zara hona?»

Santuak, nire galderari jaramonik egin gabe, nire pentsamenduari erantzun zion. "Ez al da egia, jauntxo, Maitearen izena gozo entzuten dela ezpain guztietatik, ezjakinetatik zein jakintsuetatik?" Maitasunez besoa inguratu zidan; Bere alfonbra magikoan Presentzia Errukitsuarengana eramanda aurkitu nuen neure burua.

«Bioskopio batzuk ikusi nahi zenituzke?» Mahasaya maisuak arratsalde batean egindako galdera hau nahasgarria zen; garai hartan Indian erabiltzen zen terminoa filmak izendatzeko. Baiezkoa eman nion, pozik nengoen berarekin egoteaz edozein egoeratan. Ibilaldi bizkor batek Kalkutako lorategira eramanez gintuen. Unibertsitatea. Nire lagunak *goldighi* edo urmaelaren ondoko banku bat seinalatu zuen .

"Eser gaitezen hemen minutu batzuetan. Nire Maisuak beti eskatzen zidan meditatzeke ur-eremu bat ikusten nuen bakoitzean. Hemen, bere lasaitasunak Jainkoaren lasaitasun zabala gogorarazten digu. Gauza guztiak uretan islatu daitezkeen bezala, unibertso osoa islatzen da Kosmismoaren Gogoaren lakuan. Hori esaten zuen askotan nire *gurudevak* ."

Laster unibertsitateko areto batera sartu ginen, non hitzaldi bat ematen ari zen. Izugarri aspergarria izan zen, nahiz eta noizean behin diapositiba-ilustrazioek aldatzen zituzten, berdin interesgarriak gabeak.

«Beraz, hau da maisuak ikustea nahi zuen bioskopio mota!» Nire pentsamendua pazientziarik gabea zen, baina ez nion santuari minik egingo asperdura aurpegian erakutsiz. Baina konfidentzialki makurtu zitzaidan.

"Ikusten dut, jauntxo, ez zaizula bioskopio hau gustatzen. Jainkozko Amari aipatu diot; gu biokin bat dator guztiz. Argi elektrikoak itzaliko direla esan dit, eta ez direla berriro piztuko gelatik irteteko aukera izan arte."

Bere xuxurla amaitu zenean, aretoa iluntasunean murgildu zen. Irakaslearen ahots zorrotza harri duraz isildu zen, eta gero esan zuen: "Areto honetako sistema elektrikoa akastuna dela dirudi". Ordurako, Mahasaya maisua eta biok atarian geunden seguru. Korridoretik atzera begiratuta, ikusi nuen gure martirioaren eszena berriro argiztatu zela.

"Jauntxoa, bioskopio horrekin etsita geratu zinen, 9-2" "baina uste dut beste bat gustatuko zaizula". Santua eta biok unibertsitate eraikinaren aurreko espaloian geunden. Astiro-astiro jo ninduen bularrean bihotzean.

Isiltasun eraldatzaile bat etorri zen. Soinu-aparatua matxuratzen denean "talkie" modernoak entzunezin bihurtzen diren bezala, Jainkozko Eskuak, mirari bitxi baten bidez, lurreko zalaparta ito zuen. Oinezkoak zein tranbiak, automobilak, idiak tiratzen zituzten gurdiak eta burdinazko gurgildun gurdiak isil-isilik zihoazen. Begi nonahi bat banu bezala, atzean eta alboetan zeuden eszenak ikusten nituen aurrean bezain erraz. Kalkutako zati txiki hartako jarduera-ikuskitzen osoa soinuak gabe igaro zen nire aurretik. Errautes-geruza mehe baten azpian lauso ikusten den suaren distira bezala, lumineszentzia leun batek zeharkatzen zuen ikuspegi panoramikoa.

Nire gorputza itzal askoren artean bat baino ez zirudien, geldirik egon arren, besteak isilik alde batera eta bestera zebiltzan bitartean. Hainbat mutil, nire lagunak, hurbildu eta aurrera joan ziren; zuzenean begiratu zidaten arren, ez ninduten ezagutu.

Pantomima paregabeak adierazi ezin den estasia ekarri zidan. Zoriontasun iturri batetik edan nuen sakonki. Bat-batean, nire bularrak Mahasaya maisuaren beste kolpe leun bat jaso zuen. Munduko pandemoniumak nire nahi gabeko belarrietara lehertu zen. Taupadaka egin nuen, amets mehe batetik gogor esnatu izan banintz bezala. Ardo transzendentala nire eskura ezina zen.

«Jauntxo, ikusten dut bigarren bioskopioa zure gustukoa izan dela». Santua irribarrez zegoen; esker onez lurrera erortzen hasi nintzen haren aurrean. «Ezin didazu hori egin orain; badakizu Jainkoa zure tenpluan ere badagoela! Ez diot utziko Ama Jainkotiarrari nire oinak zure eskuekin ukitzen!»

Jendez gainezka zegoen espaloitik alde egiten ari ginela, norbaitek nagusi xumea eta biok ikusi izan balitu, ziur aski mozkortuta geundela susmatuko zuen. Sentitu nuen itzal erortzen ari zirela... arratsaldea Jainkoarekin mozkortuta zeuden. Ilunpeak gaueko zorabiotik berreskuratu zirenean, Goiz berriari aurre egin nion nire aldarte extatikoa gabe. Baina oroimenean beti gordeta dago Mahasaya Ama-Maisu Jainkotiarraren seme serafikoa!

Hitz eskasekin haren onberatasunari justizia egiten saiatuz, galdetzen diot neure buruari ea Mahasaya maisuak, eta nire bidean zehar gurutzatu ziren santu sakon-

ikuspegidunen artean beste batzuek, bazekiten urte batzuk geroago, Mendebaldeko lurralde batean, jainkozko deboto gisa haien bizitzei buruz idatziko nuela. Haien aurreikuspenak ez ninduke harrituko, ezta, espero dut, nirekin hain urrun iritsi diren nire irakurleak ere.

.....
9-1 : Hauek dira errespetuzko tituluak egilea zein bera zen ohituraz zuzenduta. Bere izena zen Mahendra Nath Gupta; bera bere literatura lanak "M" besterik gabe sinatu zituen.

KAPITULUA: 10

Ni Bildu Nire Maisu, Sri Yukteswar

«Jainkoarekiko fedeak edozein mirari sor dezake, azterketa bat ikasi gabe gainditzea izan ezik». Nazkatuta itxi nuen une lasai batean hartu nuen liburua.

«Idazlearen salbuespenak bere fede falta osoa erakusten du», pentsatu nuen. «Mutil gajoa, errespetu handia dio gauerdiko olioari!»

Aitari egindako promesa batxilergoko ikasketak amaituko nituela izan zen. Ezin dut ahalegin handia egin dudala itxuratu. Hilabeteak joan ahala, ikasgelan gutxiago egon nintzen Kalkutako bainu- *ghat- etako leku ezkutuetan baino* . Ondoko krematorioko lurrak, gauez bereziki ikaragarriak,... kontuan hartu oso erakargarri egilea hau yogia. Bera MOE egingo nuke aurkitu hau Hilezin Esentzia behar ez zaitez kikildu apaingarririk gabeko burezur gutxi batzuekin. Gizakiaren ezintasuna agerian geratzen da hezur nahasien egoitza ilunpean. Nire gauerdiko zaintzak, beraz, jakintsuarenak ez bezalako izaerakoak ziren.

Hindu Bigarren Hezkuntzako azken azterketen astea azkar hurbiltzen ari zen. Hau Galdeketa-aldiak, hilobi-lekuak bezala, izua eragiten du. Hala ere, nire gogoa bakean zegoen. Mamuei aurre eginez, hitzaldi-aretoetan aurkitzen ez den ezagutza bat ateratzen ari nintzen. Baina Swami Pranabanandaren artea falta zitzaion, zeina erraz agertzen baitzen bi lekutan aldi berean. Nire hezkuntza-dilema, argi eta garbi, Asmamen Infinituaren kontua zen. Hori zen nire arrazoibidea, nahiz eta askorentzat logikoa ez iruditu. Debotoaren irrazionaltasuna Jainkoaren berehalakotasunaren milaka erakustaldi azaldu ezinetatik sortzen da arazoetan.

«Kaixo, Mukunda! Ia ez zaitut ikusten egunotan!», esan zidan ikaskide batek arratsalde batean Gurpar errepidean.

«Kaixo, Nantu! Eskolan ikusezin izateak egoera oso deseroso batean jarri nau». Bere begirada atseginaren azpian neure burua askatu nuen.

Nantu, MOE zen bat bikain ikaslea, barre egin zuen bihotzez; nire egoera larria zen ez gabe bat komikia

alderdi.

"Zu dira guztiz prestatu gabe -rako hau finalak! Ni suposatu hura da gora ra ni ra laguntza zu!"

Hitz soil horiek jainkozko promesa helarazi zidaten belarrietara; bizkor bisitatu nuen nire lagunaren etxea. Adeitasunez azaldu zizkidan irakasleek proposatuko zituztela uste zuen hainbat arazoren irtenbideak .

"Galdera hauek dira azterketa-tranpan mutil fidatzaile asko harrapatuko dituen amua. Gogoratu nire erantzunak, eta kalterik gabe ihes egingo duzu."

Gaua urruti joana zen joan nintzenean. Erudizio ez-ohikoz gainezka, debozioz otoitz egin nuen hurrengo egun kritikoetarako horrela gera zedin. Nantuk hainbat gaitan entrenatu ninduen, baina, denboraren presiopean, sanskrito ikastaroa ahaztu zuen. Gartsuki gogorarazi nion Jainkoari hutsegitea .

Hurrengo goizean paseotxo bat eman nuen, nire ezagutza berria urratsen erritmora barneratuz. Izkinako lursail batean zehar laburbilduz nenbilela, begiak orri inprimatu solte batzuk ikusi nituen. Garaipen-jauzi batek sanskritozko bertsoak zirela frogatu zuen. Aditu baten bila joan nintzen nire interpretazio zailduan laguntza eskatzeko. Bere ahots aberatsak airea bete zuen antzinako hizkuntzaren edertasun ezti eta ertzgabeaz. **10-1**

«Ezohiko estrofa hauek ezin izango dira inola ere lagungarri izan zure sanskritozko azterketan». Jakintsuak eszeptikoki baztertu zituen.

Baina poema hori ezagutzeak hurrengo egunean sanskritozko azterketa gainditzeko aukera eman zidan. Nantuk emandako laguntza zorrotzari esker, gainerako ikasgai guztietan ere gutxieneko nota lortu nuen arrakasta izateko.

Aita pozik zegoen nire hitza bete eta bigarren hezkuntzako ikasturtea amaitu nuelako. Nire esker ona Jaunarengana joan zen, zeinaren gidaritzak bakarra Nantura egindako bisitan eta hondakinez betetako lursailaren bide ezohikotik egindako ibilaldian sumatu bainuen. Jolasean, adierazpen bikoitza eman zion nire erreskatatzeko zuen planari.

Jainkoari azterketa-aretoetan lehentasuna ukatu zion egileak baztertutako liburua aurkitu nuen. Ezin izan nion barre egin nire iruzkin isila ikusita:

"Mutil honen nahasmena areagotuko luke, esango banio gorpuen artean jainkozko meditazioa egitea batxilergoko titulua lortzeko lasterbidea dela!"

Nire duintasun berrian, etxetik alde egiteko asmoa nuen orain. Lagun gazte batekin

batera, Jitendra Mazumdar, **10-2 urtekoa** Benaresko Mahamandal ermita batean sartzea eta haren diziplina espiritualak jasotzea erabaki nuen.

Goiz batean, familiatik banandu behar nuela pentsatzean, desolazio bat sentitu nuen. Amaren heriotzatik, nire maitasuna bereziki samurtu egin zen nire bi anaia txikiekiko, Sanandarekiko eta...

sadhana nahasian hainbeste eszena ikusi zituen ganbara txiki horretara . **10-3** Bi orduko negar-uholde baten ondoren, modu berezi batean eraldatua sentitu nintzen, alkimiazko garbitzaile batek bezala. **10-4 eranskin guztiak** desagertu egin zen; Jainkoa lagun-en Lagun gisa bilatzeko nire erabakia granittoa bezala finkatu zen nire baitan. Bidaia prestaketak azkar amaitu nituen.

«Azken erregu bat egiten dizut». Aita atsekabetuta zegoen azken bedeinkapena jasotzeko haren aurrean zutik nengoela. «Ez utzi ni eta zure anai-arreba dolutsuak».

"Aita Jainkozalea, nola esan dezaket zureganako dudan maitasuna! Baina are handiagoa da Zeruko Aitarenganako dudan maitasuna, lurrean aita perfektu baten oparia eman baitit. Utzi nazazu joaten, noizbait ulermen jainkotiarra go batekin itzul nadin."

Gurasoen baimen errezelosoarekin, Jitendrarekin elkartzera abiatu nintzen, jada Benaresen zegoen ermitan. Iritsi nintzenean, Dyananda swami gazte buruarenak adeitasunez agurtu ninduen. Altua eta argala, begirada pentsakorrarekin, aldeko inpresioa egin zidan. Bere aurpegi argiak Budaren antzeko lasaitasuna zuen.

Pozik nengoen nire etxe berriak ganbara bat zuelako, eta bertan egunsentia eta goizeko orduak pasatzeko aukera izan nuen. Ashrameko kideek, meditazio praktikei buruz gutxi zekitenez, uste zuten nire denbora osoa antolakuntza-lanetan eman behar nuela. Arratsaldeko nire bulegoko lanagatik goraipatu ninduten.

«Ez saiatu Jainkoa hain laster harrapatzen!» Bizilagun batek egindako iseka honek nire lagunetako batekin lagundu zuen. ganbara aldera irteera goiztiarrak. Dyanandarengana joan nintzen, Ganges ibaiari begira zegoen bere santutegi txikian lanpetuta.

"Swamiji, **10-5**" Ez dut ulertzen zer eskatzen didaten hemen. Jainkoaren pertzepzio zuzena bilatzen ari naiz. Harenganako laguntzarik gabe, ezin naiz pozik egon kidetasunarekin, sinesmenarekin edo lan onen egitearekin.

Laranja jantzitako elizgizonak maitasunez laztandu ninduen. Errieta itxurak eginez, gertuko dizipulu batzuei ohartarazi zien. "Ez molestatu Mukunda. Gure bideak ikasiko ditu."

Zalantza adeitasunez ezkutatu nuen. Ikasleak gelatik irten ziren, ez gehiegi zigortu gabe. Dyanandak beste hitz batzuk esan nahi zizkidan.

"Mukunda, ikusten dut zure aitak dirua bidaltzen dizula maiz. Mesedez, itzuli iezaiozu; ez duzu hemen batere behar. Zure diziplinaren bigarren agindu bat janariari buruzkoa da. Gosea sentitzen duzunean ere, ez aipatu."

Goseak distiratzten ote zidan begietan, ez nekien. Gose nintzela, ondotxo nekien.

Ermitan lehenengo bazkaria egiteko ordu aldaezina eguerdiko hamabiak ziren. Nire etxean ohituta nengoen bederatzietan gosari oparoa jatera.

Hiru orduko etenaldia egunero amaigabeagoa bihurtzen zen. Joan ziren Kalkutako urteak, non sukaldaria hamar minutuko atzerapenagatik errieta egin nezakeen. Orain nire gosea kontrolatzen saiatzen nintzen; egun batean hogeita lau orduko baraualdia egin nuen. Bikoiztutako gogoz itxaron nuen hurrengo eguerdia.

«Dyanandajiren trena berandu da; ez dugu jango iritsi arte». Jitendrak berri lazgarri hau ekarri zidan. Bi astez kanpoan egon zen swamiari ongietorri keinu gisa, jaki gozo asko zeuden prest. Usain goxo batek betetzen zuen airea. Ez zegoen beste ezer eskaintzen, zer gehiago irentsi zitekeen atzo baraua lortzeagatiko harrotasuna izan ezik?

«Jauna, bizkortu trena!» Zeruko Hornitzailea, pentsatu nuen, ez zegoen Dyanandak isilarazi ninduen debekuan sartuta. Jainkozko Arreta beste nonbait zegoen, ordea; erloju astunak... estalita hau orduak. Iluntasuna zen beherantz bezala gure liderra sartu hau atea. Nire agurra benetako poz bat izan zen.

«Dyanandajik bainatu eta mediatu egingo du janaria zerbitzatu aurretik». Jitendra berriro hurbildu zitzaidan, seinale txarraren txori baten antzera.

Ia kolapsoan nengoen. Nire urdail gazteak, gabeziaren berri izan ez zuenak, indarrez protestatu zuen. Gosetearen biktimen irudiak mamuen antzera igaro ziren nire aurretik.

«Hurrengo Benaresko goseteak eragindako heriotza berehalakoa da ermita honetan», pentsatu nuen. Bederatzietan patua saihestu zen. Anbrosioaren deia! Oroimenean, otordu hura bizitzako ordu perfektuetako bat bezala bizirik dago.

Xurgapen sakonak, hala ere, Dyananda distrahituta jaten zuela ikusteko aukera eman zidan. Antza denez, nire plazer zakarren gainetik zegoen.

"Swamiji, ez ziren zu gose zara?" Zoriontsu gehiegi janda, Ni zen bakarrik -rekin hau liderra barruan bere azterketa.

"Ai bai! Azken lau egunak jan edo edan gabe eman ditut. Ez dut inoiz trenetan jaten, munduko jendearen bibrazio heterogeneoek beteta. Zorrotz betetzen dut **10-6 shastrikoa** " nire ordenako monjeentzako arauak.

"Gure antolakuntza-laneko arazo batzuk ditut buruan. Gaur gauean etxean afaria ahaztu dut. Zertarako presaka? Bihar otordu egoki bat egitea saiatuko naiz." Barre egin zuen alai.

Lotsa itolarria bezala zabaldu zitzaidan barruan. Baina nire torturaren azken eguna ez zen erraz ahazten; beste ohar bat egitera ausartu nintzen.

"Swamiji, nahastuta nago. Zure argibideei jarraituz, demagun inoiz janaririk eskatu ez dudala, eta inork ez didala ematen. Gosez hilko nintzateke."

«Hil zaitez orduan!», aholku kezkagarri honek airea hautsi zuen. «Hil zaitez behar baduzu, Mukunda! Ez onartu inoiz janariaren botereaz bizi zarela eta ez Jainkoaren botereaz! Elikagai mota guztiak sortu dituenak, gosea eman duenak, ziur aski bere

debotoa mantenduko dela ziurtatuko du! Ez pentsa arrozak mantentzen zaituenik, edo diruak edo gizonek mantentzen zaituztenik! Lagunduko al dizute Jaunak zure bizi-arnasa kentzen badu? Bere zeharkako tresnak besterik ez dira. Zure trebetasunaren baten bidez digeritzen al da janaria zure urdailean? Erabili zure bereizketaren ezpata, Mukunda! Moztu...»

zehar hau kateak -ren agentzia eta hauteman hau Bakarra "Kausa!"

Bere hitz zorrotzak sakoneko mamiren batean sartzen aurkitu nituen. Antzinako engainu bat desagertu zen, zeinaren bidez gorputzeko aginduek arima gainditzen zuten. Orduan dastatu nuen Espirituaren guztizko nahikoa izatea. Zenbat hiri ezezagunetan, etengabe bidaiatzen nuen nire bizitzan geroago, sortu zen aukera Benaresko ermita batean ikasgai honen erabilgarritasuna frogatzeko!

Kalkutatik nirekin etorri zen altxor bakarra Amak utzitako SADHUaren zilarrezko amuletoa zen. Urteetan zaindu ondoren, orain nire ashramako gelan gordeta izan nuen. Talismanaren testigantzagatik nuen poza berritzeko, goiz batean kutxa itxia ireki nuen. Zigilatutako estalkia ukitu gabe, hara! amuletoa desagertu zen. Atsekabetuta, gutun-azala urratu eta zalantzarik gabe ziurtatu nuen. SADHUaren iragarpenaren arabera, berak ekarri zuen eterrera desagertu zela.

Dyanandaren jarraitzaileekiko harremana gero eta okerragoa zen. Etxea baztertuta zegoen, Nire urruntasun erabakiak mindu ninduen. Etxea eta munduko anbizio guztiak utzi nituen Ideal beraren meditazioari zorrotz atxikitzeak kritika azalekoak eragin zituen alde guztietatik.

Espiritualki atsekabetuta, ganbarara sartu nintzen egunsenti batean, erantzuna jaso arte otoitz egiteko erabakita .

"Unibertsoaren Ama errukitsua, irakatsi iezadazu Zeuk ikusmenen bidez, edo Zuk bidalitako guru baten bidez!"

Orduak joan ahala, nire negar-oihuek erantzunik gabe utzi zuten. Bat-batean, gorputzez esfera mugagabe batera igo nintzela sentitu nuen.

"Zure Maisua dator gaur! A jainkotiar emakume ahotsa etorri -tik nonahi eta inon ez.

Leku jakin batetik etorritako oihu batek zeharkatu zuen esperientzia zerukoi hau. Habu ezizenez ezagutzen zen apaiz gazte batek beheko sukaldetik deika ari zitzaidan.

"Mukunda, nahikoa -ren meditazioa! Zu dira beharrezkoa -rako bat enkargua."

Beste egun batean pazientziarik gabe erantzungo nukeen; orain, aurpegi malkoz puztua garbitu eta deiari apalki men egin nion. Habu eta biok elkarrekin Bengalako merkatu urrun batera abiatu ginen. atala -ren Benares. The desatsegina Indiarra eguzkia zen ez oraindik -n zenit bezala gu egina gure erosketak azoketan.

Etxekoandre, gida, apaiz, alargun jantzi xumeen, brahman duinen eta nonahi zeuden zezen sakratuen nahasketa koloretsuaren artean bidea egin genuen. Kale diskretu bat igaro ondoren, burua jiratu eta bide estua aztertu nuen.

Swami baten okre koloreko jantziak zeramatzan Kristoren antzeko gizon bat geldirik

zegoen bidearen amaieran. Berehala eta antzinako ezaguna iruditu zitzaidan; nire begirada goseti jaten ari zen une batez. Orduan zalantzak eraso ninduen.

"Zu dira nahasgarria hau noraezean monje -rekin norbait ezaguna ra zu," Ni pentsatu.
"Ametslaria, ibili

piztuta."

Hamar minutu igaro ondoren, oinetan sorgortasun handia sentitu nuen. Harri bihurtuta bezala, ezin izan ninduten gehiago eraman. Neketsu buelta eman nuen; nire oinak normaltasunera itzuli ziren. Kontrako norabidera begiratu nuen; berriro ere pisu bitxi horrek zapaldu ninduen.

«Santuak magnetikoki erakartzen nau berarengana!» Pentsamendu honekin, nire paketeak Haburen besoetan pilatu nituen. Harriduraz ikusi zuen nire oin-joko irregularra, eta orain barre-algara batean lehertu zen.

"Zer? minak zu? Dira zu erotuta?"

Nire nahasi emozio eragotzi edozein erantzun Ni abiadura hartu isil-isilik urrun.

Hegoak jantzita bezala atzera eginez, kale estu batera iritsi nintzen. Begirada azkar batek irudi lasaia erakutsi zidan, nire norabidean etengabe begira. Urrats batzuk irrikaz eta haren oinetan nengoen.

"Gurudeva!" **10-7** Jainkozko aurpegia nire mila ikuskeretako hura baino ez zen. Begi halzoi hauek, bizar zorrotz eta ile luzeko buru leonikoan, askotan begiratu zidaten nire gaueko ametsen iluntasunean, guztiz ulertu ez nuen promesa bat gordez.

«Ene lagunok, niregana etorri zarete!», nire guruak hitzak behin eta berriz errepikatu zituen bengaleraz, ahotsa poz-pozik dardarka zuela. «Zenbat urte daramatzat zuen zain!»

Isiltasun batasun batean sartu ginen; hitzak soberako gauza zikinenak ziruditen. Elokuentzia maisuaren bihotzetik dizipulura isilpeko kantuan isurtzen zen. Ukaezin den ikuspegiaren antena batekin sentitu nuen nire guruak Jainkoa ezagutzen zuela, eta Harengana eramango ninduela. Bizitza honen iluntasuna jaio aurreko oroitzapenen egunsenti hauskor batean desagertu zen. Denbora dramatiko! Iragana, oraina eta etorkizuna dira haren zikloa. eszenak. Ez zen hau oin santu hauetan aurkitzen ninduen lehen eguzkia!

Nire eskua haren eskuan nuela, nire guruak hiriko Rana Mahal auzoan zuen aldi baterako bizilekura eraman ninduen. Bere gorputz atletikoa urrats sendoz mugitzen zen. Altua, tentea, berrogeita hamabost urte ingurukoa garai hartan, aktiboa zen... eta gazte bat bezain indartsua. Begi ilun handiak zituen, ederrak, jakinduria hutsez beteak. Ile kizkur samarrak aurpegi indartsu eta leun bat leuntzen zuen. Indarra leuntasunarekin nahasten zen sotilki.

Ganges ibaira begira zegoen etxe bateko harrizko balkoira bidean, maitasunez esan zigun:

"Nik borondatea eman zu nire ermitak eta guztiak Ni jabetu."

"Jauna, Ni etorri -rako jakinduria eta Jainkoarekin kontaktua. Horiek dira zure altxorra-altxor Ni naiz ondoren!"

Indiako ilunabar bizkorrak erdi-gortina jaitsi zuen nire nagusiak berriro hitz egin aurretik. Bere begiek samurtasun ulertezina zuten.

"Nik eman zu nire baldintzarik gabeko maitasuna."

Hitz preziatuak! Mende laurden bat igaro zen haren maitasunaren beste froga entzungarri bat izan nuen arte. Ezpainak ez ziren sutsuak; isiltasuna bihurtu zen haren bihotz ozeanikoa.

«Emango al didazu baldintzarik gabeko maitasun bera?» Haur baten

konfiantzaz begiratu zidan. «Betiko maiteko zaitut, Gurudeva!»

"Maitasun arrunta berekoia da, desio eta gogobetetzeetan erro ilunak dituen. Jainkozko maitasuna baldintzarik gabekoa da, mugarik gabekoa, aldaketarik gabekoa. Giza bihotzaren fluxua betiko desagertzen da maitasun hutsaren ukitu liluragarrian". Apalki gaineratu zuen: "Jainkoaren errealizazio egoeratik erortzen banaiz, mesedez, agindu iezadazu nire burua zure magalean jarriko duzula eta biok gurtzen dugun Maite Kosmikoarengana itzultzen lagunduko didazula".

Gero, gero eta iluntasun handiagoan jaiki eta barneko gela batera eraman ninduen. Mangoak eta almendra gozokiak jaten genituen bitartean, nire izaeraren ezagutza sakona txertatu zuen bere elkarrizketan, oharkabea. Harrituta geratu nintzen bere jakinduriaren handitasunarekin, berezko apaltasun batekin ederki nahastuta.

«Ez damutu zure amuletoagatik. Bere helburua bete du». Jainkozko ispilu baten antzera, nire guruak nire bizitza osoaren isla harrapatu zuen, antza denez.

"The bizitzen errealitatea -ren zure presentzia, Maisu, da poza haratago edozein sinboloa".

"Hori da denbora -rako bat aldaketa, zeren eta bezala zu dira zoritxarrez kokatua barruan hau ermita."

Ez nuen nire bizitzari buruzko erreferentziarik egin; orain soberan zeudenak iruditzen zitzaizkidan! Bere jarrera natural eta axolagabeagatik, ulertu nuen ez zuela nahi bere argi-ikusmenagatik harridura-oihurik.

"Zu beharko luke joan atzera ra Kalkuta. Zergatik baztertu senideak -tik zure maitasuna -ren gizateria?"

Bere iradokizunak atsekabetu egin ninduen. Nire familiak nire itzulera iragartzen ari zen, nahiz eta gutunez bidalitako eskaera askori ez nien erantzun. "Utzi txori gaztea zeru metafisikoetan hegan egiten", esan zuen Anantak. "Bere hegoak nekatuko dira atmosfera astunean. Berriro ere etxerantz hegan egiten ikusiko dugu, hegoak tolestu eta gure familiako habian apalki atseden hartzen". Konparazio etsigarri hau gogoan nuela, erabaki nuen ez nuela Kalkuta aldera "hegan egingo".

"Jauna, ez naiz etxera itzuliko. Baina edonora jarraituko dizut. Mesedez, eman

ie zadazu zure helbidea eta izena."

"Swami Sri Yukteswar Giri. Nire ermita nagusia Serampore-n dago, Rai Ghat Lane-n. Ama bisitatzen ari naiz hemen egun gutxi batzuetarako bakarrik."

Jainkoak bere debotoekin zuen jolas korapilatsuaz harrituta nengoen. Serampore Kalkutatik hamabi miliara baino ez dago, baina eskualde horietan ez nuen nire gurua inoiz ikusi. Bidaiatu behar izan genuen...

gure bilera Kasi (Benares) hiri zaharrean, Lahiri Mahasayaren oroitzapenek santutua. Hemen ere Buda, Shankaracharya eta beste Yogi-Kristo batzuen oinek lurra bedeinkatu zuten.

«Lau aste barru etorriko zara niregana». Lehen aldiz, Sri Yukteswarren ahotsa zorrotza zen. «Orain nire betiko maitasuna adierazi dizut, eta zu aurkitzeagatik dudan zoriona erakutsi dizut; horregatik baztertu duzu nire eskaera. Hurrengoan elkartzen garenean, nire interesa berririo piztu beharko duzu: ez zaitut erraz onartuko dizipulu gisa. Nire prestakuntza zorrotzari obedituz amore eman behar da erabat».

Temati isildu nintzen. Nire guruak erraz ulertu zuen nire

zailtasuna. "Uste duzu zure senideek barre egingo

dizutela?"

"Nik borondatea ez itzuli."

"Zu borondatea itzuli barruan hogeita hamar egunak."

«Inoiz ez». Errespetuz makurtu nintzen haren oinetan, eta alde egin nuen tentsio eztabaidagarria arindu gabe. Gauerdiko iluntasunean aurrera egin nuen, eta galdetu nion neure buruari zergatik amaitu zen bilera miragarria nota desorekatu batean. *Mayaren eskala bikoitzak*, poz guztiak atsekabearekin orekatzen dituztenak! Nire bihotz gaztea ez zen oraindik moldagarria nire guruaren hatz eraldatzaileentzat.

Hurrengo goizean ermita-kideen jarreraren etsaitasun gero eta handiagoa nabaritu nuen. Nire egunak zakarkeria aldaezin batez bete ziren. Hiru aste barru, Dyananda ashramatik alde egin zuen Bombayko konferentzia batera joateko; pandemonioa lehertu zen nire zorigaiztoko buruaren gainean.

«Mukunda parasito bat da, ermita bateko ostatua onartzen duena behar bezala ordaindu gabe». Ohar hau entzunda, lehen aldiz damutu nintzen Aitari dirua itzultzeko eskaerari men egin izanaz. Bihotz astunarekin, nire lagun bakarra, Jitendra, bilatu nuen.

"Nik naiz irteten. Mesedez helarazi nire errespetuzko damuak ra Dyanandaji noiz bera itzultzen da."

«Nik ere alde egingo dut! Hemen meditatzeke nire saiakerek ez dute zureak baino mesede handiagoa jasotzen», Jitendrak erabakitasunez hitz egin zuen.

"Nik izan ezagutu bat Kristoren antzekoa santu. Utzi gu bisitatu bera barruan Serampore."

Eta beraz hau "txoria" prestatua ra "jauzi" arriskutsuki itxi ra Kalkuta!

.....
10-1 : *Sanskrito*a , leundua; osatu. Sanskritoa da hau zaharrena arreba -ren guztiak Indoeuroparra mihiak. Bere alfabeto gidoi *Devanagari* da , literalki "jainkozko egoitza". "Nire gramatika ezagutzen duenak Jainkoa ezagutzen du!" Paninik, antzinako Indiako filologo handiak, omenaldi hau egin zion sanskritoaren perfekzio matematiko eta psikologikoari. Hizkuntza bere gordelekuraino jarraituko duenak, hain zuzen ere, orojakile gisa amaitu beharko du.

10-2 : Bera zen ez Jatinda (Jotin Ghosh), MOE borondatea izan gogoratu -rako bere garaiz abertsio

ra tigreak! 10-3: Jainkoarenganako bidea edo aurretiazko bidea.

10-4 : Hindua idatzi santuak irakatsi hori familia eranskin da engainagarri baldin eta hura eragozten du hau deboto -tik bilatzen hau Emailea -ren bedeinkapen guztiak, barne hau bat -ren maitatzeko senideak, ez ra aipatu bizitza bera. Jesus era berean irakatsi zuen: "MOE da nire ama? eta nor dira nire anaiak? (Mateo 12:48)

10-5 : *Ji* da bat ohiturazko errespetuzko atzizkia, bereziki erabilia barruan zuzen helbidea; horrela "swamijia", "guruji", "Sri "Yukteswarji," "paramhansaji."

10-6 : Dagokion ra hau *shastrak* , literalki, "sokratua liburuak," barne hartzen lau klaseak -ren Eskritura: hau *shruti*, *smriti*, *purana*, eta *tantra* . Hauek osoa tratatuak estalki bakoitza alderdi -ren erlijioso eta sozial bizitza, eta hau zelaia -ren legea, medikuntza, arkitektura, artea, etab. *Shrutiak* "zuzenean entzundako" edo "agerrarazitako" idatziak dira, *Vedak* . *Smritis* edo "gogoratutako" jakinduria azkenean iragan urrun batean idatzi zen munduko poema epiko luzeenak bezala, *Mahabharata* eta *Ramayana* . *Puranak* dira literalki "antzinakoa" alegoriak; *tantrak* literalki esan nahi du "errituak" edo "errituak"; hauek tratatuak egia sakonak transmititu sinbolismo zehatzaren belo baten azpian.

10-7 : "Jainkotiarra irakaslea," hau ohiturazko Sanskritoa terminoa -rako norberaren espirituala irakasle. Ni izan errendatua hura barruan Ingelesa bezala besterik gabe, "Maisu".

KAPITULUA: 11

Bi Dirurik gabe Mutilak Barruan Brindaban

«Aitak oinordetzatik kentzea komenigarria litzateke zuretzat, Mukunda! Zein ergelkeriaz alferrik galtzen ari zaren zure bizitza!» Anaia zaharrenaren sermoi batek belarriak jotzen zizkidan.

Jitendra eta biok, trenetik jaitsi berriak (hizketa-figura bat besterik ez; hautsez estalita geunden), Ananta-ren etxera iritsi berriak ginen, Kalkutatik Agra hiri zaharrera lekualdatu berria. Anaia Bengala-Nagpur trenbideko kontu-hartzaile nagusia zen.

«Badakizu ondo, Ananta, Aita Zerukoagandik nahi dudala nire

ondarea». «Dirua lehenik; Jainkoa gero etor daiteke! Nork daki?

Bizitza luzeegia izan daiteke». "Jainkoa lehenik; dirua da haren

esklaboa! Nork daki? Bizitza laburregia izan daiteke."

Nire erantzuna uneko beharrianek deitu zuten, eta ez zuen inolako aurreikuspenik. Hala ere, denboraren hostoak Anantarentzat behin betikotasun goiztiarrera zabaldu ziren; urte batzuk geroago **11-1** banku-billeteek ez lehenengo

ez azken balio ez duten lurraldera sartu zen.

«Jakinduria ermitakoa, suposatzen dut! Baina ikusten dut Benares utzi duzula».
Anantaren begiek poz-pozik distira egiten zuten; oraindik ere nire hegoak familiako
habian finkatzea espero zuen.

"Nire Benaresen egonaldia ez zen alferrikakoa izan! Nire bihotzak irrikatzen zuen guztia aurkitu nuen han! Ziur egon zaitezke ez zela zure pandita edo haren semea!"

Ananta nirekin bat egin zuen barre algara gogorazle batean; onartu behar izan zuen hautatu zuen Benaresko "argi-ikuslea" ikuspegi laburrekoa zela.

"Zer? dira zure planak, nire noraezean anaia?"

"Jitendrak Agrara joateko konbentzitu ninduen. Taj Mahal-en edertasunak ikusiko ditugu **11-2**" —hemen —azaldu nion—. Gero, Serampore-n ermita bat duen nire guru berriarengana joango gara.

Anantak adeitasunez antolatu zuen gure erosotasuna. Arratsaldean hainbat aldiz ohartu nintzen bere begiak hausnarkor nigan finkatuta zituela.

"Nik jakin hori begira!" Ni pentsatu. "A lursail da garagardoa egiten!"

The amaiera hartu leku zehar gure goiz gosaria.

«Beraz, Aitaren aberastasunarekiko guztiz independente sentitzen zara». Anantaren begirada xaloa zen atzoko elkarrizketaren kritika zorrotzak berriro errepikatzen zituen bitartean.

"Nik naiz kontziente -ren nire mendekotasun piztuta Jainkoa."

"Hitzak merkeak dira! Bizitzak babestu zaitu orain arte! Zer egoera izango litzateke janaria eta aterpea Esku Ikusezinari begiratu behar badiozu! Laster kaleetan eskean ariko zinateke!"

"Inoiz ez! Ez nuke Jainkoarengan baino gehiago oinezkoengan fedea jarriko! Eskale-ontziaz gain, mila baliabide asma ditzake bere debotoarentzat!"

"Erretorika gehiago! Demagun zure filosofia goraipatua mundu ukigarri honetan proban jartzea proposatzen dizudala ?"

"Nik egingo nuke ados! Egin zu mugatu Jainkoa ra bat espekulazio mundua?"

«Ikusiko dugu; gaur aukera izango duzu nire ikuspuntuak zabaltzeko edo berresteko!» Ananta isilune dramatiko batez gelditu zen; gero, poliki eta serio hitz egin zuen.

"Proposatzen dizuet zu eta zure dizipulu Jitendra gaur goizean Brindaban hiri hurbilera bidaltzea. Ez duzue errupia bakar bat ere hartu behar; ez duzue eskean ibili behar, ez janaririk ez dirurik; ez diozue zuen egoera inori agerian utzi behar;

ez duzue otordurik gabe geratu behar; eta ez zarete Brindabanen harrapatuta geratu behar. Gaur gaueko hamabiak baino lehen nire etxetxora itzultzen bazarete, probaren araurik hautsi gabe, Agrako gizonik harrituena izango naiz!"

«Erronka onartzen dut». Ez zegoen zalantzarik nire hitzetan edo bihotzean. Esker oneko oroitzapenak etorri zitzaizkidan berehalako ongintzaren inguruan: kolera hilgarria sendatu nuen Lahiriri egindako deiaren bidez.

Mahasayaren argazkia; Lahoreko teilatuan Umarekin batera bi kometak opari jostalari; nire etsipenaren erdian amuleto egokia; Benaresko *sadhu ezezagunaren bidezko mezu erabakigarria* , punditaren etxearen kanpoaldean; Ama Jainkotiarren ikuspegia eta bere maitasun hitz dotoreak; Mahasaya maisuaren bidezko arreta azkarra nire lotsa txikiei; nire batxilergoko diploma gauzatu zuen azken orduko gidaritza; eta bedeinkapen gorena, bizitza osoko ametsen lainotik ateratako nire Maisu bizia. Inoiz ez nuen onartu nire "filosofia" munduko proba-zelai gogorreko edozein borrokaren parekoa ez zela!

«Zure borondateak meritua ematen dizu. Berehala lagunduko dizut trenera». Ananta Jitendra aho zabalik zegoenari begiratu zion. «Lekuko gisa joan behar duzu, eta, ziurrenik, biktima gisa ere bai!»

Ordu erdi geroago, Jitendra eta biok gure bat-bateko bidaiarako joan-etorriko txartelak genituen. Geltokiko txoko isolatu batean, gure pertsonak miatu genituen. Ananta laster konbentzitu zen ez genuela ezkutuko altxorra zeramatela; gure dhoti *xumeak* **11-3** beharrezkoa zena baino gehiago ezkutatu zuen.

Fedeak finantzen eremu serioak inbaditu zituenean, nire lagunak protestan hitz egin zuen. "Ananta, eman iezadazu errupia bat edo bi babes gisa. Orduan, zoritxarra izanez gero, telegrama bat bidali ahal dizut".

«Jitendra!» Nire errieta zorrotza errieta egin zuen. «Ez dut probarekin jarraituko azken berme gisa dirua hartzen baduzu».

«Txanponen txin-txinak badu zerbait lasaigarria.» Jitendrak ez zuen gehiago esan, nik zorrotz begiratu nion bitartean.

"Mukunda, Ni naiz ez bihotzik gabekoa." A pista -ren apaltasuna izan arrastaka joan sartu Anantarena ahotsa. Hori maiatza izan bere kontzientziak zigortzen zuela; agian bi mutil zorgabe hiri ezezagun batera bidaltzeagatik; agian bere erlijio-eszeptizismoagatik. «Kasualitatez edo graziaz Brindabango proba arrakastaz gainditzen baduzu, eskatuko dizut zure dizipulu gisa hasteko».

Promesa honek irregulartasun jakin bat zuen, ezohiko okasioarekin bat zetorrena. Indiako familia bateko anaia zaharrenak gutxitan makurtzen da bere gazteen aurrean; aitaren atzetik bigarren mailako errespetua eta obedientzia jasotzen ditu. Baina ez zen denborarik geratu nire iruzkinerako; gure trena abiapuntuan zegoen .

Jitendra isiltasun goibel batean mantendu zen gure trenak kilometroak egiten zituen bitartean. Azkenean, mugitu egin zen; makurtu eta mingarriki estutu ninduen leku deseroso batean.

«Ez dut ikusten Jainkoak gure hurrengo otordua

emango duenik!» «Isilik egon, Thomas zalantzati

hori; Jauna gurekin ari da lanean».

"Azkar joateko ere antola al dezakezu? Jada gose naiz aurrean dugun ikuspegiarekin bakarrik. Benaresetik irten nintzen Taj mausoleoa ikusteko, ez neurera sartzeko!"

"Alaitu zaitez, Jitendra! Ez al dugu Brindabanen mirari sakratuen lehen begirada izango? **11-**" **4** Krishna Jaunaren oinek santututako lurra zapaltzearen ideiak poz handia ematen dit.

Gure konpartimentuko atea ireki zen; bi gizon eseri ziren. Hurrengo tren geltokia azkena izango zen.

«Mutil gazteok, lagunik ba al duzue Brindabanen?» Aurrean nuen ezezagunak harrigarriro interesatzen ari zen.

"Inor ez -ren zure negozioa!" Zakarki Ni saihestu nire begirada.

"Ziurrenik zuen familietatik alde egiten ari zarete Bihotzen Lapurrari zor zaion sorginkeriaren eraginez. **11-5**" Nik neuk ere izaera debozionalekoa naiz. Nire betebeharra izango da janaria eta bero izugarri honetatik babesa jasotzea.

"Ez, jauna, utzi bakean. Oso jatorra zara; baina oker zaude etxetik alde egiten ari garela epaitzean."

Ez zen beste elkarriketarik izan; trena gelditu egin zen. Jitendra eta biok plataformara jaitsi ginenean, gure lagun ausazkoak besotik heldu eta zaldi-gurdi bat eskatu zuten.

Ermita dotore baten aurrean eseri ginen, ondo zaindutako lurren artean kokatua, zuhaitz hostoiraunkorren artean. Gure ongileak ezezagunak ziren bertan; irribarretsu zegoen mutil batek egongela batera eraman gintuen iruzkinik gabe. Laster, itxura duineko emakume adineko bat batu zitzaigun.

«Gauri Ma, printzeak ezin izan dira etorri». Gizonetako batek ashrameko anfitrioiari zuzendu zitzaion. «Azken unean haien planak gaizki atera ziren; damu sakonak bidaltzen dituzte. Baina beste bi gonbidatu ekarri ditugu. Trenean elkartu ginen bezain laster, Krishna Jaunaren deboto gisa erakarrita sentitu nintzen haiekiko».



(*Ezkerretik eskuinera*) Jitendra Mazumdar, Brindabanen "dirurik gabeko proban" nire laguna; Lalit-da, nire lehengusua; Swami Kebelananda ("Shastri Mahasaya"), nire sanskritozko tutore santua; ni neu, institutuko gazte nintzela



Ananda Moyi Ama
hau Bengalera "Poz-beteta" Ama."



Babajik Himalaiako Drongiri mendietan okupatutako kobazuloetako bat, Ranikhet ondoan. Lahiri Mahasayaren biloba bat, Ananda Mohan Lahiri (eskuinetik bigarrena, zuriz jantzita), eta beste hiru deboto leku sakratua bisitatzen ari dira.

«Agur, lagun gazteak». Gure bi ezagunak ate aldera joan ziren. «Berriro elkartuko gara, Jainkoak nahi badu».

—Ongi etorriak zarete hemen. —Gauri Mak ama-irribarre egin zien bere bi babesle ustekabeei—. Ezin zenuten egun hobeagoan etorri. Ermita honetako bi

errege-zaindari espero nituen. Pena nire sukaldaritzak ez balu inor aurkitu hura estimatzeko!

Hitz goxo hauek eragin txarra izan zuten Jitendrarengan: negarrez hasi zen. Brindabanen beldur zen "perspektiba" errege-entretanimendu bihurtzen ari zen; bat-bateko egokitzen mentala gehiegi izan zen berarentzat. Gure ostalariak jakin-minez begiratu zion, baina oharrik gabe; agian nerabegaroko berezitasunak ezagutzen zituen.

Bazkaria iragarri zuten; Gauri Mak usain gozoz betetako jantoki-patio batera eramane zuten. Aldameneko sukalde batera desagertu zen.

Une hau alde zurretik pentsatuta nongoen. Jitendraren anatomian puntu egokia aukeratu ondoren, trenean eman zidan bezain oihartzun handiko astindua eman nion.

"Zalantzarik gabe Tomas, hau Jauna lanetan bat presaka, ere bai!"

Anfitrioiak *punkha batekin sartu zen berriro* . Ekialdeko eran etengabe haizutzen gintuen guk... Manta apainduetan eseri ziren. Ashrameko dizipuluak hogeita hamar plater ingururekin ibili ziren hara eta hona. "Otordu" baino gehiago, deskribapena "bazkari oparoa" baino ezin da izan. Planeta honetara iritsi ginenetik, Jitendrak eta biok ez genuen inoiz halako jaki gozorik dastatu.

"Printzeentzako plater egokiak, Ama Ohoratua! Zure errege-babesleek oturuntza honetara joatea baino premiazkoagorik aurkitu zezaketena, ezin dut imajinatu! Oroitzapen bat eman diguzu..." bizitza osorako!"

Anantaren eskakizunak isilarazi gintuen arren, ezin genion andre jatorrari azaldu gure eskerrak esanahi bikoitza zuela. Gure zintzotasuna, behintzat, agerikoa zen. Bere bedekapenarekin eta ermita berriro bisitatze gonbidapen erakargarri batekin alde egin genuen.

Kanpoko beroa gupidagabea zen. Laguna eta biok ashram atean zegoen kadamba zuhaitz dotore baten aterperantz abiatu ginen. Hitz zorrotzak etorri zitzaizkigun ondoren; berriro ere Jitendra zalantzez beteta zegoen.

"Zein nahaspilan sartu nauzu! Gure bazkaria kasualitatezko zorte ona izan da! Nola ikusiko ditugu hiri honetako tokiak, gure artean zipriztin bakar bat ere ez badago? Eta nola arraio eramango nauzu Anantara?"

«Azkar ahazten duzu Jainkoa, orain sabela beteta duzula». Nire hitzak, ez mingotsak, salatzaileak ziren. Zein laburra den gizakiaren memoria jainkozko mesedeetarako! Ez dago inor bizi bere otoitz batzuk beteta ikusi ez dituenik.

"Nik naiz ez litekeena ra ahaztu nire ergelkeria barruan ausartzen kanpoan -rekin bat ero bezala zu!"

"Izan zaitez isil-isilik, Jitendra! The berdina Jauna MOE elikatu gu borondatea erakutsi gu Brindaban, eta itzuli gu ra Agra."

Itxura atsegineko gizon gazte argal bat hurbildu zen abiadura bizian. Gure zuhaitzaren azpian gelditu eta nire aurrean makurtu zen.

"Lagun maitea, zu eta zure laguna ezezagunak zarete hemen. Utzi iezadazu zure ostalari eta gidari izaten."

Indiar bat zurbiltzea ia ezinezkoa da, baina Jitendraren aurpegia bat-batean gaixo jarri zen. Eskaintza adeitasunez ukatu nuen.

«Ez nauzu erbesteratuko, ezta?» Ezezagunaren izua komikoa izango zen beste edozein egoeratan.

"Zergatik ez?"

«Nire gurua zara». Bere begiek nireak bilatu zituzten konfiantzaz. «Eguerdiko debozioetan, Krishna Jaun bedeinkatua agertu zen ikuskari batean. Bi irudi abandonatu erakutsi zizkidan zuhaitz honen azpian. Aurpegi bat zurea zen, maisu! Askotan ikusi dut meditazioan! Zein poza nire zerbitzu xumeak onartzen badituzu!»

«Nik ere pozten naiz aurkitu nauzula. Ez Jainkoak ez gizakiak ez gaitu abandonatu!» Mugigabe nengoen arren, aurrean nuen aurpegi irrikaz irribarretsu, barne-makurtu nintzen Jainkozko Oinetara.

"Maitea lagunak, borondatea zu ez ohore nire etxea -rako bat bisitatu?"

"Jatorra zara; baina plana bideraezina da. Nire anaiaren gonbidatuak gara

jada Agran." "Gutxienez, Brindaban zurekin egindako bidaiaren

oroitzapenak eman iezadazu."

Pozik eman nuen baiezkua. Pratap Chatterji zela esan zuen gazteak zaldi-gurdi bat gelditu zuen. Madanamohana tenplua eta beste Krishna santutegi batzuk bisitatu genituen. Gaua heldu zen gure tenpluko otoitzaldietan geundela.

"Barkatu *sandesh hartzen dudan bitartean* ." **11-6** Pratap tren geltokitik gertu zegoen denda batera sartu zen. Jitendra eta biok kale zabalean zehar ibili ginen, orain jendez gainezka zegoen freskotasun erlatiboan. Gure laguna denbora batez kanpoan egon zen, baina azkenean gozoki askoren opariekin itzuli zen.

«Mesedez, utzi iezadazu erlijio-meritu hau lortzen». Pratapek irribarre erregutuz egin zuen, errupia-billete sorta bat eta Agrarako erosi berri zituzten bi txartel eskainiz.

Nire onarpenaren errespetua Esku Ikusezinarentzat zen. Anantak iseka eginda, bere oparotasunak ez al zuen beharra baino askoz handiagoa izan?

Gu bilatu kanpoan bat isolatu orban gertu hau geltokia.

Kriyan irakatsiko dizut , garai modernoetako yogirik handiena. Bere teknika zure

gurua izango da."

Hasiera ordu erdian amaitu zen. " *Kriya zure chintamani da* ", **11-7** Ikasle berriari esan nion. "Teknika, ikusten duzun bezala sinplea dena, gizakiaren bizkortzearen artea gorpuzten du"

maya-tik askapena lortzeko . Aldi natural hau asko laburtzen da *Kriya Yogaren bidez* . Jagadis Chandra Bosek landareen hazkundera bere ohiko erritmotik haratago bizkortu daitekeela frogatu duen bezala, gizakiaren garapen psikologikoa ere barne-zientzia batek bizkortu dezake. Izan zaitez leial zure praktikan; guru guztien Guruairengana hurbilduko zara.

«Aspaldi bilatu dudana yoga-giltza hau aurkitzeak garraiatzen nau!», esan zuen Pratapek pentsakor. «Nire zentzumen-loturetan duen eragin askatzaileak askatuko nau goi-mailako esferetarako. Krishna Jaunaren gaurko ikuspegia...» nire ongi gorena baino ezin luke esan nahi."

Isiltasunean eserita egon ginen denbora batez, eta gero poliki-poliki joan ginen geltokira. Poza nuen barnean trenean igo nintzenean, baina Jitendrantzat negar egiteko eguna zen. Pratapi eman nion agur maitagarria bi lagunengana negar itoek tartekatu zuten. Bidaian, berriz ere, Jitendra atsekabearen erdian aurkitu zuen. Oraingoan ez bere buruarentzat, baizik eta bere buruaren aurka.

"Nola azaleko nire konfiantza! Nire bihotza du izan harri! Inoiz ez barruan etorkizuna izango da Ni zalantza Jainkoaren babesa!"

Gauerdia hurbiltzen ari zen. Bi "Errauskineak", dirurik gabe bidaliak, Anantaren logelan sartu ziren. Bere aurpegia, agindu bezala, harriduraren azterketa bat zen. Isil-isilik mahaia errupiez bete nuen.

«Jitendra, egia!», Anantaren tonua txantxazalea zen. «Ez al du gazte honek

lapurreta bat antolatzen ari?» Baina istorioa kontatzen joan ahala, nire anaia soila bihurtu zen, gero serioa.

«Eskariaren eta eskaintzaren legea uste baino eremu sotilagoetara iristen da». Anantak inoiz nabaritu ez zen entusiasmo espiritual batekin hitz egin zuen. «Lehen aldiz ulertzen dut munduko ganga eta metaketa zikinekiko duzun axolagabekeria».

diksha **11-8** jasotzea eskatu zion. *Kriya Yogara* . "Guru" Mukundak bi dizipulu bilatu gabereen ardura hartu behar izan zuen egun berean.

Hurrengo goizean gosaria aurreko egunean ez bezala jan nuen. Jitendrari irribarre egin nion.

"Zu izango da ez izan engainatu -ren hau Taj. Utzi gu ikuspegi hura aurretik hasita -rako Serampore."

Anantari agur esan ondoren, laguna eta biok Agraren handitasunaren, Taj Mahal-en, aurrean geunden laster. Eguzkitan distira egiten duen marmol zuriz, simetria hutsaren ikuspegia eskaintzen du. Leku ezin hobea altzifre iluna, belar distiratsua

eta aintzira lasaia dira. Barrualdea ederra da, harri erdi-bitxiekin inkrustatutako puntuzko tailuekin. Koroa eta pergamino delikatuak marroi eta bioleta marmoletatik ateratzen dira modu korapilatsuan. Kupularen argiztapena Shah-Jahan enperadorearen eta Mumtaz Mahallen, bere erreinuko eta bihotzeko erreginaren, zenotafoetan erortzen da.

Nahikoa -ren turismoa! Ni zen irrika -rako nire guru. Jitendra eta Ni ziren laster bidaiatzen hegoaldea egilea

trena aldera Bengala.

"Mukunda, hilabeteak daramatzat nire familia ikusi gabe. Iritziz aldatu dut; agian geroago zure nagusia bisitatuko dut Serampore-n."

Nire lagunak, agian izaera aldakorra zuenak, Kalkutan utzi ninduen. Bertako trenez laster iritsi nintzen Serampore-ra, hamabi milia iparraldera.

Harridura taupada batek hartu ninduen Benaresko nire guruarekin izandako bileratik hogeita zortzi egun igaro zirela konturatu nintzenean. "Lau aste barru etorriko zara niregana!". Hemen nengoen, bihotza taupaka, Rai Ghat kale lasaiko bere patioan zutik. Lehen aldiz sartu nintzen ermitara, non hurrengo hamar urteen zatirik handiena Indiako *Jyanaavatar-ekin*, "jakinduriaren enkarnazioa", igaroko nuen.

11-1 : Ikusi [kapitulua 25](#).

11-2 : The mundu osoan ospetsua mausoleoa..

11-3 : A *dhoti* oihal da korapilatuta inguruan hau gerria eta azalak hau hankak..

11-4 : Brindaban, barruan hau Muttra barrutia -ren Batuak Probintziak, da hau Hindua Jerusalem. Hemen Jauna Krishna bistaratu bere aintza gizateriaren onerako..

11-5 : Hari; bat maitagarri izena egilea zein Jauna Krishna da ezaguna ra bere

debotoak. 11-6: Indiako gozoki bat..

11-7 : A mitologikoa harribitxi -rekin boterea ra diru-laguntza nahiak.

11-8 : Espirituala hastapena; -tik hau Sanskritoa erroa *diksh*, ra eskaini norbera

KAPITULUA: 12

Urteak Barruan Nire Masterra Ermita

«Etorri zara». Sri Yukteswarrek agurtu ninduen balkoidun egongela bateko zoruan zegoen tigre-larru batetik. Ahotza hotza zuen, jarrera emozionala gabe.

"Bai, maitea Maisu, Ni naiz hemen ra jarraitu zu." Belauniko jarrita, Ni ukitu bere

oinak.

"Nola ahal hori izan? Zu ez ikusi egin nire nahiak."

"Ez luzeagoa, Guruji! Zure nahi izango da izan nire legea!"

"Hori hobeto dago! Orain zure bizitzaren ardura har

dezaket." "Borondatez transferitzen dut zama, Maisu."

"Nire lehen eskaera, beraz, etxera itzultzea da zure familiarengana. Kalkutako unibertsitatera sartzea nahi dut. Zure hezkuntzarekin jarraitu behar da."

«Oso ondo, jauna». Nire izua ezkutatu nuen. Liburu gogaikarriek jazartuko ote ninduten urteetan zehar? Lehen Aita, orain Sri Yukteswar!

"Noizbait Mendebaldera joango zara. Bertako jendeak Indiako antzinako jakinduriarekiko belarriak irekiagoak izango ditu irakasle hindu arraro horrek unibertsitateko titulua badu."

«Zuk dakizu ondoen, Guruji». Nire tristura desagertu egin zen. Mendebaldeari buruzko erreferentzia nahasgarria eta urruna iruditu zitzaidan; baina Maisuari obedientziaren bidez atsegin emateko aukera oso berehalakoa zen.

"Zu borondatea izan gertu barruan Kalkuta; etorri hemen noiznahi zu aurkitu denbora."

"Egunero ahal bada, Maisu! Esker onez onartzen dut zure autoritatea nire bizitzako xehetasun guztietan, baldintza batekin."

"Bai?"

"Hori zu promesa ra agerian utzi Jainkoa ra ni!"

Ordubeteko ahozko borroka bat izan zen ondoren. Maisu baten hitza ezin da faltsutu; ez da arinki ematen. Promesaren ondorioek ikuspegi metafisiko zabalak irekitzen dituzte. Guru batek Sortzailearekin harreman estua izan behar du hura agertzera behartu aurretik! Sri Yukteswarren batasun jainkotiarra sumatu nuen, eta, bere dizipulu gisa, nire abantaila aprobetxatzea erabaki nuen.

«Zu zorrotza zara!» Orduan, Maisuaren baimena errukitsu eta irmo oihartzun

handikoa izan zen: «Zure nahia izan dadila nire nahia».

Bizitza osorako itzala kendu zitzaidan bihotzetik; bilaketa lausoa, hara eta hona, amaitu zen. Benetako guru batean aurkitu nuen betiko aterpea.

«Zatoz; ermita erakutsiko dizut». Maisua bere tigre-esterillatik altxatu zen. Ingurura

begiratu nuen; nire begirada harriduraz erori zen jasmin-lore batekin apainduta zegoen horma-irudi batean.

"Lahiri Mahasaya!"

«Bai, nire guru jainkotiarra». Sri Yukteswarren tonua errespetuzko eta bizia zen. «Gizaki eta yogi gisa, nire ikerketen esparruan bizitza izan zuen beste edozein irakasle baino handiagoa zen».

Isil-isilik makurtu nintzen irudi ezagunaren aurrean. Arimaren omenaldia maisu paregabeari, nire haurtzaroa bedeinkatuz eta ordu honetaraino nire urratsak gidatu zituenari.

Nire guruak gidatuta, etxea eta bere lurrak zeharkatu nituen. Handia, antzinakoa eta ondo eraikia zen ermita zutabe handiko patio batez inguratuta zegoen. Kanpoko hormak goroldioz estalita zeuden; usoak teilatu gris lauaren gainean hegan egiten zuten, ashramako gelak zeremoniarik gabe partekatuz. Atzeko lorategi atseгина zen jaka, mango eta platano zuhaitzekin. Bi solairuko eraikineko goiko geletako balkoi balaustratuek patiora ematen zuten hiru aldetatik. Beheko solairuko areto zabal bat, zutabeek eusten zioten sabai altuarekin, batez ere Durgapujako urteroko jaietan erabiltzen zela esan zuen *Maisuak* . **12-1** Eskailera estu batek Sri Yukteswarren egongelara zeraman, eta balkoi txiki horrek kalera ematen zuen. Ashrama altzari xumeekin hornituta zegoen; dena sinplea, garbia eta erabilgarria zen. Mendebaldeko estiloko hainbat aulki, banku eta mahai ageri ziren.

Maisuak gaua pasatzera gonbidatu ninduen. Ermita prestakuntza jasotzen ari ziren bi dizipulu gaztek barazki curry afaria zerbitzatu zuten.

«Guruji, mesedez, kontatu zerbait zure bizitzari buruz». Lastozko esterilla batean nengoen okupatuta, bere tigre-larruaren ondoan. Izar atseginak oso gertu zeuden, badirudi, balkoiaren atzean.

12-2 urterekin jaio nintzen ." hemen Serampore-n, non aita negozio-gizon aberatsa zen. Arbasoen jauregi hau utzi zidan, gaur egun nire ermita. Nire eskolatze formala txikia izan zen; motela eta azalekoa iruditu zitzaidan. Gaztetan, etxeburu baten ardurak hartu nituen, eta alaba bat daukat, orain ezkontuta. Nire bizitza ertaina gidaritzapean egon zen Lahiri Mahasayarena. Nire emaztea hil ondoren, Swami Ordenan sartu nintzen eta izen berria jaso nuen Sri Yukteswar Giri. **12-3** Horrelakoak dira nire annal xumeak."

Maisuak irribarre egin zuen nire aurpegi irrikaz. Zirriborro biografiko guztiek bezala, bere hitzek kanpoko datuak eman zituzten barneko gizakia agerian utzi gabe.

"Guruji, Ni egingo nuke bezala ra entzun batzuk istorioak -ren zure haurtzaroa".

«Batzuk kontatuko dizkizuet, bakoitza moralarekin!», Sri Yukteswarren begiek distira egin zuten abisuarekin. «Nire amak behin beldurtu nahian saiatu zen ni ganbera ilun batean zegoen mamu baten istorio ikaragarri batekin. Joan nintzen...»

berehala han egon nintzen, eta mamua galdu izanagatik nire etsipena adierazi nuen. Amak ez zidan inoiz beste izugarrikeriazko istoriorik kontatu. Morala: Begiratu beldurra aurpegira eta ez zaitu kezkatzen utziko.

"Beste oroitzapen goiztiar bat bizilagun baten txakur itsusi bat nahi nuen. Asteetan zehar nahasmenean eduki nuen etxea txakur hori lortzeko. Nire belarriak gor zeuden itxura erakargarriagoa zuten maskoten eskaintzekiko. Morala: Atxikimendua itsugarria da; erakargarritasun irudizko halo bat ematen dio desioaren objektuari."

"Hirugarren istorio batek gazteen gogoaren plastizitatea du zerikusia. Noizean behin amari esaten entzun nion: 'Edozeinen agindupean lanpostu bat onartzen duen gizona esklabo bat da'. Inpresio hori hain finkatuta geratu zen, ezen ezkondu ondoren ere lanpostu guztiei uko egin bainien. Gastuei aurre egin nien familiaren ondarea lurretan inbertituz. Morala: Iradokizun on eta positiboek sentiberatasuna hezi beharko lukete" haurren belarrietan. Haien lehen ideiak luzaroan grabatuta geratuko dira.

Maisua isiltasun lasai batean murgildu zen. Gauerdi aldera ohe estu batera eraman ninduen. Loa sakona eta gozoa izan zen nire guruaren teilatupean igaro nuen lehen gauean.

Kriya Yogaren hastapena emateko . Teknika Lahiri Mahasayaren bi dizipuluengandik jaso nuen jada -Aita eta nire tutorea, Swami Kealananda-, baina Maisuaren presentzian eraldatzeko boterea sentitu nuen. Bere ukituarekin, argi handi bat piztu zen niregan, elkarrekin distiratzten ari diren eguzki ugarien aintza bezala. Zoriontasun esanezin uholde batek, nire bihotza barne-muinera arte gainezka eginez, hurrengo egunean zehar jarraitu zuen. Arratsalde hartan berandu zen ermita uzteko gai izan aurretik.

«Hogeita hamar egun barru itzuliko zara». Kalkutako etxera iritsi nintzenean, Maisuaren iragarpena bete zela konturatu nintzen. Nire senideetako inork ez zuen egin «hegan dabilen txoriaren» berragerpenari buruz beldur nintzen ohar zorrotzik.

sadhana- ren malkoak eta ekaitzak ikusi dituzu . Orain nire jainkozko irakaslearen portura iritsi naiz."

«Seme, pozik nago biongatik». Aita eta biok elkarrekin eseri ginen arratsaldeko lasaitasunean. «Aurkitu duzu» zure gurua, behin modu miragarrian aurkitu nuen bezala neure burua. Lahiri Mahasayaren esku santuak gure bizitzak zaintzen ditu. Zure maisuak ez du Himalaiako santu eskuraezina frogatu, baizik eta gertuko bat. Nire otoitzak erantzun dira: ez zaituzte Jainkoaren bilaketan betiko kendu nire bistatik».

Aita ere pozik zegoen nire ikasketa formalak berriro hasiko zirelako; antolaketa egokiak egin zituen. Hurrengo egunean matrikulatu ninduten Kalkutako Eskoziako Eliza Eskolan.

Hilabete zoriontsuak igaro ziren. Nire irakurleek zalantzarik gabe susmo zorrotza egin dute unibertsitateko geletan gutxi ikusten nintzela. Seramporeko ermitak erakargarritasun gehiegi zuen. Maisuak nire presentzia nonahikoa onartu zuen iruzkinik gabe. Nire lasaitasunerako, gutxitan aipatzen zituen ikaskuntza-aretoak. Nahiz eta guztientzat argi zegoen ez nintzela inoiz ikasle izateko egina, noizean behin gutxieneko notak lortzea lortu nuen.

Ashrameko eguneroko bizitza lasai zihoan, gutxitan aldatzen zen. Nire gurua egunsentia baino lehen esnatzen zen. Etzanda, edo batzuetan ohean eserita, *samadhi egoeran sartzen zen* . **12-4** Maisua noiz esnatu zen jakitea oso erraza izan zen: zurrunga izugarrien bat-bateko etenaldia. **12-5** Hasperen bat edo bi; agian gorputz-mugimendu bat. Gero, arnasa hartzeko aukerarik gabeko egoera isila: yoga-poz sakonean zegoen.

Gosaria egin ez jarraitu; lehenengo etorri bat luze ibili egilea hau Ganges ibaia. Horiek goiza pasealekuak -rekin nire

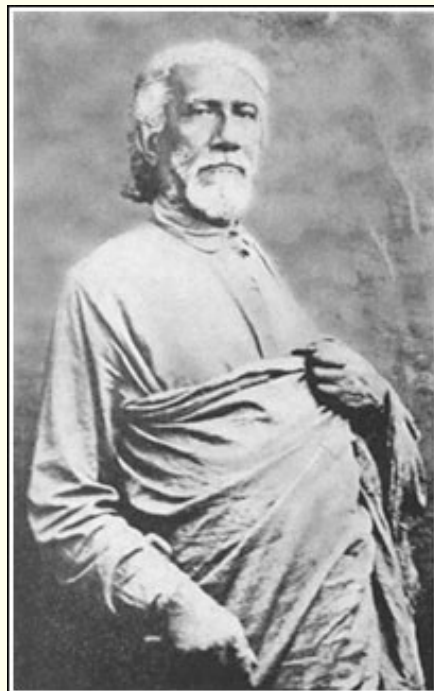
guru-zein erreala eta bizia oraindik! Oroitzapenaren berpizkunde errazean, askotan aurkitzen dut neure burua haren ondoan: goizeko eguzkiak ibaia berotzen ari da. Bere ahotsa oihartzun egiten du, jakinduriaren benetakotasunez betea.

Bainu bat; gero eguerdiko otordua. Maisuaren eguneroko jarraibideen arabera prestatzea, dizipulu gazteen lana izan zen. Nire gurua begetarianoa zen. Fraide bihurtu aurretik, ordea, arrautzak eta arraina jan zituen. Ikasleei aholkua ematen zien norberaren konstituziorako egokia zen edozein dieta simple jarraitzea zen.

Maisua jan txikia; maiz arroza, koloretako -rekin kurkuma edo zukua -ren erremolatxak edo espinaka eta bufalo *ghee* edo *gurin urtuarekin* arinki hautseztatuta . Beste egun batean dilista- *dhal* edo *channa* ¹²-jan ditzake- ⁶ currya barazkiekin. Postre gisa, mangoak edo laranja arroz-esnearekin, edo jaka zukua.

Arratsaldeetan bisitariak agertzen ziren. Mundutik etengabeko jario bat isurtzen zen ermita lasaitasunera. Denek aurkitzen zuten Maisuarengan adeitasun eta ontasun berdina. Bere burua arima gisa, ez gorputz edo ego gisa, gauzatu duen gizon batentzat, gainerako gizateriak itxura antzekotasun harrigarria hartzen du.

The inpartzialtasuna -ren santuak da errotuta barruan jakinduria. Masterrak izan ihes egin zuen *maia* ; bere txandakatuz Adimen eta ergelkeriaren aurpegiek ez zuten jada begirada eragingarririk egiten. Sri Yukteswarrek ez zuen begirune berezirik erakusten boteretsuak edo trebeak zirenei; ezta gutxien ere besteak haien pobrezia edo analfabetismoagatik. Errespetuz entzuten zituen haur baten egiazko hitzak, eta irekiro baztertzen zituen aditu harroputzak.



NIRE MAISUA, SRI YUKTESWAR
Dizipulua -ren Lahiri Mahasaya

Zortzirdiak ziren afari ordua, eta batzuetan gonbidatuak geratzen ziren. Nire guruak ez zuen bakarrik jateko aitzakiarik hartzen; inor ez zen bere ashramatik gosez edo atsekabetuta irteten. Sri Yukteswar ez zen inoiz...

Galduta, inoiz ez zen bisitari ustekabekoek kikiltzen; janari urria ateratzen zen oturuntza batean bere zuzendaritza asmamentsuaren pean. Hala ere, ekonomikoa zen; bere diru apalei esker asko iritsiko zen. "Egon zaitez eroso zure poltsikoarekin", esaten zuen maiz. "Xehetasunek ondoeza ekarriko dizute". Ermitako entretenimenduaren xehetasunetan, eraikuntza eta konponketa lanetan edo beste kezka praktiko batzuetan izan, Maisuak espiritu sortzaile baten originaltasuna erakutsi zuen.

Arratsaldeko ordu lasaiek askotan nire guruaren hitzaldiren bat ekartzen zuten, denboraren aurkako altxorrak. Bere adierazpen bakoitza jakinduriak neurtu eta zizelkatu zuen. Bere buruarekiko konfiantza bikain batek markatzen zuen bere adierazpen modua: hura zen bakarra. Bera hitz egin zuen bezala bat ere ez beste barruan nire esperientzia inoiz hitz egin zuen. Bere pentsamenduak bereizketa-balantza delikatu batean pisatu zituen kanpoko jantzia eman aurretik. Egiaren funtsa, alderdi fisiologiko batekin ere hedatuta, arimaren usain-isuri baten antzera zetorren berarengandik. Beti izan nintzen kontziente agerpen bizi baten aurrean nengoela. Jainkoarena. Bere jainkotasunaren pisuak automatikoki makurtu zidan burua haren aurrean.

Gonbidatu berantiarrei Sri Yukteswar Infinituarekin murgiltzen ari zela antzematen bazuten, azkar hasten zen haiekin hizketan. Ez zen gai jarrera bat hartzeko edo bere barne-erlazionamendua erakusteko. Beti Jaunarekin bat, ez zuen behar jaunartzeko denbora berezirik. Maisu autoerrealizatu batek meditazioaren urratsa utzi du dagoeneko atzean. "Lorea erortzen da fruitua agertzen denean". Baina santuek askotan forma espiritualei heltzen diete dizipuluak animatzeko.

Gauerdia hurbiltzen zenean, nire gurutza haur baten naturaltasunarekin lotan eror zitekeen. Ez zegoen oheko arroparen inguruan arazorik. Askotan etzaten zen, burkorik ere gabe, sofa estu batean... zen bere ohiko tigre-larrazko eserlekuaren atzealdea.

Gau osoko eztabaida filosofiko bat ez zen arraroa; edozein dizipuluk dei zezakeen interesaren intentsitateaz. Ez nuen nekea sentitzen orduan, ezta lo egiteko gogorik ere; Maisuaren hitz biziak nahikoak ziren. "Ai, egunsentia da! Ibili gaitezen Ganges ibaiaren ondotik". Horrela amaitu ziren nire gaueko heziketa aldi asko.

Sri Yukteswarrekin eman nituen lehen hilabeteak ikasgai erabilgarri batekin amaitu ziren: "Nola gainditu eltxo bat". Etxean, nire familiak beti erabiltzen zituen gortina babesgarriak gauez. Izugarri harrituta geratu nintzen... Serampore ermitan ohitura zuhur hau ohoratu zen hausturan. Hala ere, intsektuak bizi ziren bete-betean; burutik oinetara ziztatu ninduten. Nire guruak erruki izan zuen nirekin.

«Erosi gortina bat zeuretzat, eta bat niretzat ere bai». Barre egin eta gaineratu zuen: «Bakarra erosten baduzu zeuretzat, eltxo guztiak nigan jarriko dira!»

Oso eskertuta nengoen betetzeagatik. Serampore-n ematen nuen gauero, nire guruak oheratzeko gortinak antolatzeko eskatzen zidan.

Arratsalde batean eltxoak bereziki birulentoak ziren. Baina Maisuak ez zituen ohiko argibideak eman. Intsektuen burrunba urduri entzun nuen. Ohean sartu eta otoitz barkamenezko bat bota nuen haien norabidean. Ordu erdi geroago, itxurakeriaz eztul egin nuen nire guruaren arreta erakartzeko. Uste nuen erotu egingo nintzela ziztadekin eta batez ere eltxoek odol-egarrizko errituak ospatzen zituzten bitartean abesten zuten burrunbarekin.

Maisuak ez zuen erantzunik jaso; kontu handiz hurbildu nintzen. Ez zuen arnasa hartzen. Yoga-trantzean ikusi nuen lehen aldia izan zen hura; izua eragin zidan.

«Bihotzak huts egin behar izan dio!» Ispilu bat jarri nion sudurraren azpian; ez zen arnas-lurrunik agertu. Ziurtasun handiagoa izateko, minutu batzuetan ahoa eta sudurzuloak itxi nizkion hatzekin. Gorputza hotz eta geldirik zeukan. Zorabiatuta, ate aldera biratu nintzen laguntza eskatzeko.

«Beraz! Esperimentalista hasiberri bat! Nire sudur gaixoa!» Maisuaren ahotsa dardarka zegoen barre artean. «Zergatik ez zoaz ohera? Mundu osoa aldatuko al da zuretzat? Aldatu zeure burua: libratu zaitez eltxoen kontzientziatik».

Apalki ohera itzuli nintzen. Intsektu bakar bat ere ez zen hurbildu. Konturatu nintzen nire guruak lehenago gortinak niri atsegin emateko bakarrik onartu zituela; ez zuen eltxoen beldurrik. Bere yoga boterea hain handia zen, ezen nahi izan zezakeen ez ziztatzea, edo barne- zaurgarritasun batera ihes egin zezakeen.

«Erakutsaldi bat ematen ari zitzaidan», pentsatu nuen. «Hori da lortu behar dudana yogi egoera». Yogi batek superkontzientzian sartu eta bertan jarraitu ahal izan behar du, lur honetan inoiz falta ez diren distrakzio ugariei erreparatu gabe. Intsektuen burrunban edo eguneko argiaren distira zabalean izan, zentzumenen testigantza debekatuta egon behar da. Soinua eta ikusmena orduan datoz, baina erbesteratutako Eden baino mundu ederragoetara. **12-7**

The irakasgarri eltxoak zerbitzatu -rako beste bat goiz ikasgaia -n hau ashrama. Hori zen hau leun ilunabarreko ordua. Nire gurua paregabeki interpretatzen ari zen testu zaharrak. Bere oinetan, bake osoan nengoen. Eltxo zakar bat sartu zen idilioan eta nire arreta lortzeko lehian aritu zen. Zulo pozoitsu bat zulatzen zuen bitartean hipodermikoa izterrean sartuta, mendekuzko eskua altxatu nuen automatikoki. Exekuzio hurbiletik barkamena! Patanjaliaren yoga aforismoetako baten oroitzapen egokia etorri zitzaidan burura- *ahimsari* (kaltegabetasunari) buruz .

"Zergatik ez zenuen lana amaitu?"

"Maisu! Bizitza kentzearen alde al zaude?"

"Ez; baina heriotza-kolpea jada eman dizute buruan."

"Ez dut ulertzen."

«Patanjaliren esanahia hiltzeko *nahia kentzea zen*». *Sri Yuktaswarrek nire prozesu mentalak liburu ireki bat bezala aurkitu zituen. «Mundu hau modu desegokian*

antolatuta dago ahimsa praktika literal baterako. Gizakia izaki kaltegarriak suntsitzera behartuta egon daiteke. Ez dago haserrea edo etsaitasuna sentitzeko behar berdinen menpe. Bizitzaren forma guztiek maya airearen eskubide berdina dute . Sorkuntzaren sekretua argitzen duen santua haren adierazpen nahasgarri ugariekin harmonian egongo da. Suntsipenerako barne grina kontrolatzen duten gizaki guztiek ulermen horretara hurbil daitezke».

"Guruji, beharko luke bat eskaintza bera bat sakrifizio baizik baino hil bat basati piztia?"

"Ez; gizakiaren gorputza preziatua da. Eboluzio-balio handiena du garun eta bizkarrezurreko zentro paregabeek esker. Hauek jainkotasunaren alderdirik gorenak guztiz ulertu eta adierazteko aukera ematen diote deboto aurreratuari. Ez dago beheko formarik horrela hornituta. Egia da norbaitek bekatu txiki baten zorra duela animalia edo izaki bizidun bat hiltzera behartuta badago. Baina Vedek *irakasten* dute giza gorputza nahi gabe galtzea karmeko legearen aurkako transgresio larria dela."

Ni hasperen egin barruan erliebea; eskriturazko indartzea -ren norberaren naturala sena da ez beti datozen.

Kasualitatez, ez nuen inoiz Maisua leopardo edo tigre batekin gertutik ikusi. Baina behin kobra hilgarri batek aurre egin zion, eta nire guruaren maitasunak garaitu zuen. Suge mota hau oso beldurgarria da Indian, non urtero bost mila heriotza baino gehiago eragiten dituen. Topaketa arriskutsua Purin gertatu zen, non Sri Yukteswarrek bigarren ermita bat zuen, xarmangarriki kokatua gertu... hau Badia -ren Bengala. Prafulla, bat gazte dizipulu -ren geroago urteak, zen -rekin Maisua piztuta hau okasio.

«Ashramaren ondoan kanpoan eserita geunden», esan zidan Prafullak. «Kobra bat agertu zen gertu, metro eta erdiko izua zuena. Bere kaputxa haserre zabalduta zegoen guregana lasterka zihoanean. Nire guruak ongietorri barre egin zuen, haur bati bezala. Izututa geratu nintzen Maisua erritmikoki eskuak jotzean». **12-8** Bisitari beldurgarria entretenitzen ari zen! Erabat isilik geratu nintzen, barrutik bildu nitzakeen otoitz sutsu guztiak oihuka. Sugea, nire guruaren oso gertu, geldirik zegoen orain, haren laztantzeko jarrerak magnetizatuta zirudien. Kaputxa izugarria pixkanaka uzurtu zen; sugea Maisuaren oinen artean irristatu eta zuhaixketan desagertu zen .

«Zergatik mugitzen zituen nire guruak eskuak, eta zergatik ez zituen kobrak jotzen, azaldu ezina zitzaidan orduan», amaitu zuen Prafullak. «Ordutik konturatu naiz nire jainkozko maisua ez dagoela izaki bizidun baten minik jasotzeko beldurrik».

Ashraman eman nituen lehen hilabeteetan, arratsalde batean, Sri Yukteswarren begiak zorrotz nigan finkatuta aurkitu nituen.

"Zu dira ere mehe, Mukunda."

Bere oharrak puntu sentikor bat jo zuen. Nire begi hondoratuak eta itxura argalak askoz gehiago zirela Kalkutako nire gelan toniko ilaran zeuden nire gustutik aldendu zirela frogatzen zuten. Ezerk ez zuen balio izan; dispepsia kronikoak haurtzarotik jarraitzen zidan. Nire etsipena noizean behin gailurrera iristen zen Galdetu nion neure buruari ea merezi ote zuen bizitza hau hain gorputz ahul batekin aurrera jarraitzea.

"Sendagaiek mugak dituzte; bizitza-indar sortzaileak ez du bat ere. Sinistu: ondo eta indartsu egongo zarela."

Sri Yukteswarren hitzek egia pertsonalki aplikagarri baten konbentzimendua piztu zuten, beste inongo sendagilek -eta asko probatu nituen!- nire baitan ekartzeko gai izan ez zena.

Egunez egun, hara! Hazten ari nintzen. Maisuaren bedeinkapen ezkutua eman eta bi astera, iraganean ihes egiten zidan pisu bizigarria pilatu nuen. Nire urdaileko gaitz iraunkorrak desagertu egin ziren berehala.

bizitza osorako iraunkortasuna. Geroago, nire guruaren sendatze jainkotiarrek ikusi nituen gaixotasun mehatxagarriek (tuberkulosia, diabetesa, epilepsia edo paralisia) jotako pertsonengan. Inork ezin zuen eskertuago egon haren sendaketagatik nik baino nire itxura kadaberosotik bat-batean askatzeagatik.

«Duela urte batzuk, ni ere pisua irabazteko irrikitan nengoen», esan zidan Sri Yukteswarrek. «Gaixotasun larri baten ondorengo susperraldian, Lahiri Mahasaya bisitatu nuen Benaresen.

"Jauna, Ni izan izan oso gaixo eta galduta asko librak.

"Nik ikusi, Yukteswar, **12-9** zu egina zeure burua gaixorik, eta orain zu pentsatu zu dira mehea.

"Erantzun hau ez zen batere espero nuena; nire guruak, ordea, animatuz

gaineratu zuen: 'Ikusiko dut; ziur nago bihar hobeto sentituko zarela'."

"Bere hitzak nire gogo harkorrerako sendatze sekretuaren keinu gisa hartuz, ez nintzen harritu hurrengo goizean indar-gehikuntza ongi etorriarekin. Nire maisuarengana joan eta pozik esan nuen: 'Jauna, askoz hobeto sentitzen naiz gaur'."

"'Bai, bai!'" Gaur zu indarberritu zeure burua.

«Ez, jauna!», protestatu nuen. «Zuk lagundu zenidan; asteetan lehen aldia da energia pixka bat izan dudala».

«Bai, noski! Zure gaixotasuna oso larria izan da. Zure gorputza oraindik ahula da; nork esan dezake nolakoa izango den bihar?»

"Nire ahultasuna itzul zitekeenaren pentsamenduak beldur hotzeko dardara bat eragin zidan. Hurrengo goizean ia ezin nuen neure burua arrastatu Lahiri Mahasayaren etxera."

"Jauna, Ni naiz gaixorik berriro ere.

"Nire guruak begirada zen galdetzaile. 'Beraz!' Behin gehiago zu gaixorik egon zeure burua.

«'Gurudeva, orain konturatzen naiz egunero barre egiten ari zarela nirekin'. Nire pazientzia agortu zen. 'Ez dut ulertzen zergatik ez dituzun sinesten nire egiazko txostenak'.

«Egia esan, zure pentsamenduek eragin dizute txandaka ahul eta indartsu sentitzea». Nire maisuak maitasunez begiratu zidan. «Ikusi duzu nola zure

osasunak zure itxaropenen arabera jokatu duen. Pentsamendua indarra da, elektrizitatea edo grabitazioa bezala. Giza adimena Jainkoaren kontzientzia ahalguztidunaren txinparta bat da. Erakutsi ahal dizut zure adimen boteretsuak oso intentsitatez sinesten duen edozer berehala gertatuko dela».

"Jakinda hori Lahiri Mahasaya inoiz ez hitz egin zuen alferrik, Ni zuzenduta bera -rekin bikaina haridura eta esker ona:

Maisu, baldin eta Ni pentsatu Ni naiz ondo eta izan berreskuratu nire ohia pisua, izango da hori gertatu?

"Hori da beraz, berdin -n hau une bat. Nire guru hitz egin zuen larriki, bere begirada kontzentratu piztuta nire begiak.

"Hara! Indarra ez ezik, pisua ere handitu zitzaidala sentitu nuen. Lahiri Mahasaya isiltasunean murgildu zen. Bere oinetan ordu batzuk eman ondoren, amaren etxera itzuli nintzen, Benaresera egiten nituen bisitetan bertan egoten bainintzen ."

«'Seme! Zer gertatzen da? Hidropisiaz puze ari zara?' Amak ia ez zuen bere begiak sinetsi. Nire gorputza gaixotasunaren aurretik zituen neurri sendo berberetan zegoen orain.

"Pisatu eta egun bakarrean berrogeita hamar kilo irabazi nituela ikusi nuen; betiko geratu zitzaizkidan. Nire gorputz argala ikusi zuten lagun eta ezagunek harriduraz beteta geratu ziren. Mirari honen ondorioz, batzuek bizimodua aldatu eta Lahiri Mahasayaren dizipulu bihurtu ziren."

"Nire guruak, Jainkoarengan esna, bazekien mundu hau Sortzailearen amets objektibatu bat baino ez zela. Jainkozko Ametslariarekin zuen batasunaren guztiz jabetuta zegoenez, Lahiri Mahasayak materializatu, desmaterializatu edo nahi zuen edozein aldaketa egin zezakeen ikuspegi kosmikoan. **12-10**

«Sorkuntza guztia legez gobernatzen da», ondorioztatu zuen Sri Yukteswarrek. «Kanpoko unibertsoan agertzen direnak, zientzialariek aurki ditzaketenak, lege naturalak deitzen dira. Baina kontzientziaren eremuak arautzen dituzten lege sotilagoak daude, yoga barne zientziaren bidez bakarrik ezagutu daitezkeenak. Ezkutuko plano espiritualek ere beren funtzionamendu printzipio naturalak eta legezkoak dituzte. Ez da zientzialari fisikoa, baizik eta maisu guztiz autoerrealizatua materiaren benetako izaera ulertzen duena. Horrela...» Kristok morroiaren belarria sendatu ahal izan zuen ikasleetako batek moztu ondoren. **12-11**

Sri Yukteswar idatzi santuen interprete paregabea izan zen. Nire oroitzapen zoriontsuenetako asko haren diskurtsoetan oinarritzen dira. Baina haren pentsamendu harribitxiak ez ziren axolagabekeriaren edo ergelkeriaren errauts bihurtu. Nire gorputzaren mugimendu urduri batek, edo arreta galtzearekin batera, nahikoa izan zen Maisuaren azalpenari bat-bateko etenaldia emateko.

«Ez zaude hemen». Maisuak arratsalde batean eten zuen bere burua agerian uztearekin. Ohi bezala, nire arreta berehala jarraitzen zuen, suntsitzaileki.

«Guruji!», protesta baten tonua zen nirea. «Ez naiz mugitu; nire betazalak ez dira mugitu; esan dituzun hitz guztiak errepika ditzaket!»

"Hala ere, ez zinen guztiz ados nirekin. Zure eragozpenak behartzen nau zure buruoinarrian hiru erakunde sortzen ari zinela ohartarazteko. Bat lautada batean zegoen baso-babesleku bat zen, beste bat muino baten gainean, eta hirugarrena ozeanoaren ondoan."

Pentsamendu lauso horiek ia inkontzienteki egon ziren, hain zuzen ere. Barkamena eskatuz begiratu nion.

"Zer? ahal Ni egin -rekin halako bat maisu, MOE sartzen da nire ausazko hausnarketak?"



Los Angeleseko Mount Washington Estates-eko eraikin nagusia, 1925ean Self-Realization Fellowship-en egoitza amerikar gisa eraikia.



Autoerrealizazioa Eliza -ren Guztiak Erlijioak, Hollywood-en, Kalifornia.

"Eskubide hori eman didazu. Azaltzen ari naizen egia sotilak ezin dira ulertu zure kontzentrazio osoa gabe. Beharrezkoa ez bada, ez dut besteen gogoen bakardadean sartzen. Gizakiak bere pentsamenduen artean isilpean ibiltzeko pribilegio naturala du. Jauna ez da bertan sartzen gonbidatu gabe; nik ere ez dut ausartzen sartzen."

"Zu dira inoiz ongi etorri, Maisu!"

"Zure arkitektura ametsak borondatea gauzatu geroago. Orain da hau denbora -rako ikasi!"

Horrela, bide batez, nire guruak, bere modu sinplean, nire bizitzako hiru gertaera handiren etorrera agerian utzi zidan. Gaztetatik hiru eraikinen ikuspegi enigmatikoak izan nituen, bakoitza kokapen desberdin batean. Sri Yukteswarrek

adierazitako sekuentzia zehatzean, ikuspegi hauek azken forma hartu zuten.
Lehenik, mutilen yoga eskola bat sortu nuen Ranchi lautada batean, eta gero nire
egoitza amerikarra Los Angelesen.

Angeles muino-tontorra, azkenean bat ermita barruan hegoaldeko Kalifornia egilea hau zabala Pazifikoa.

Maisuak ez zuen inoiz harrokeriaz esan: "Nik profetizatzen dut halako edo halako gertaera gertatuko dela!". Nahiago zuen pista: "Ez egin zu pentsatu hura maiatza gertatu?" Baina bere sinple hitzaldia ezkutatu vatic boterea. Han ez zen atzera egin; inoiz ez ziren bere hitz estali samarrak faltsuak izan.

Sri Yukteswar isilpekoa eta pragmatikoa zen. Ez zuen inolako ikuskari lauso edo ergelarik harengan. Oinak lurrean sendo zituen, burua zeruko babeslekuan. Jende praktikoak miresmena pizten zion. «Santutasuna ez da ergelkeria! Jainkozko pertzepzioak ez dira ezgaitzaileak!», esaten zuen. «Bertutearen adierazpen aktiboak adimen zorrotzena sortzen du ».

Maisuaren bizitzan erabat aurkitu nuen errealismo espiritualaren eta ilunaren arteko arrakala. mistizismo faltsua, parekotzat hartzen dena. Nire guruak ez zuen nahi gaindiko eremu fisikoei buruz hitz egitea. Bere aura "miragarri" bakarra sinpletasun perfektua zen. Elkarriketetan erreferentzia harrigarriak saihesten zituen; ekintzetan askatasunez adierazkorra zen. Beste batzuek mirarien inguruan hitz egiten zuten, baina ezin zuen ezer agertu; Sri Yukteswarrek gutxitan aipatzen zituen lege sotilak, baina isilpean erabiltzen zituen nahi zuenean.

«Errealizazio handiko gizon batek ez du miraririk egiten barne-baimena jaso arte», azaldu zuen Maisuak. «Jainkoak ez du nahi bere sorkuntzaren sekretuak modu nahasian agerian uztea. **12-12** Era berean, munduko pertsona orok bere borondate askea izateko eskubide besterenezin bat du. Santu batek ez du independentzia hori zapuztuko.

Sri Yukteswarren ohiko isiltasuna Infinituaren pertzepzio sakonek eragiten zuten. Ez zen denborarik geratzen autoerrealizaziorik gabeko irakasleen egunak okupatzen dituzten "errebelazio" amaigabeetarako. "Gizaki azalekoengan pentsamendu txikien arrainek iskanbila handia eragiten dute. Ozeanoetako gogoetan inspirazioaren baleek ia ez dute asalduarik sortzen". Hindu idatzietako behaketa honek badu umore zorrotzik.

Nire guruaren itxura ikusgarriarik gabea zela eta, bere garaikideetako gutxi batzuek baino ez zuten supergizontzat hartzen. Esaera ezaguna: "Bere jakinduria ezkutatu ezin duen ergela da" ezin izan zitzaion inoiz aplikatu Sri Yukteswarri. Beste guztiak bezala hilkor jaio arren, Maisuak denboraren eta espazioaren Erregearekin identitatea lortu zuen. Bere bizitzan jainkozko batasun bat hauteman nuen. Ez zuen aurkitu gizakiaren eta Jainkotiarren arteko bat-egitea eragozteko oztopo gaindiezinik. Ez dago halako oztoporik, ulertu nuen, gizakiaren abenturagabekeria espiritualean izan ezik.

Beti zirrara eragiten dit Sri Yukteswarren oin santuen ukituak. Yogiek irakasten

dute dizipulu bat espiritualki magnetizatzen dela maisu batekin begirunez kontaktuan jartzeak; korronte sotil bat sortzen dela. Debotoaren garuneko ohitura-mekanismo desiragarriak askotan kauterizatzen dira; bere munduko joeren ildoan onuragarriki asaldatzen da. Une batez behintzat, *mayaren belo sekretuak aurki ditzake*. altxatzea, eta zoriontasunaren errealitatea ikustea. Nire gorputz osoak distira askatzaile batekin erantzuten zuen bakoitzean Indiako eran belaunikatu nintzen nire guruaren aurrean.

"Nahiz eta noiz Lahiri Mahasaya zen isiltasuna", Maisua esan ni, "edo noiz bera elkarrizketatu piztuta beste baino

Gai erlijioso hutsak izan arren, konturatu nintzen hala ere ezagutza esanezin bat transmititu zidala ."

Sri Yukteswarrek antzera eragin zidan. Ermitan kezkatuta edo axolagabe sartzen banintzen gogoaren erdian, nire jarrera oharkabean aldatu zen. Sendatze-lasaitasuna jaisten zen nire guria ikustean. Harekin egunero esperientzia berri bat zen, poz, bake eta jakindurian. Inoiz ez nuen aurkitu engainatuta edo mozkortuta gutiziaz, emozioz, haserreaz edo edozein giza atxikimenduz.

Mayaren iluntasuna isilean hurbiltzen ari da. Goazen etxera barnera". Ilunabarrean hitz hauekin, Maisuak etengabe gogorarazten zien bere dizipuluei *Kriya Yogaren beharra* . Ikasle berri batek noizean behin zalantzak adierazten zituen yoga praktikatzeko zuen duintasunari buruz.

«Ahaztu iragana», kontsolatuko zuen Sri Yukteswarrek. «Gizaki guztien bizitza desagertuak ilun daude lotsaz beteta. Giza jokabidea ez da fidagarria Jainkozkoan oinarrituta ez badago. Etorkizuneko guztia hobetuko da orain ahalegin espirituala egiten baduzu».

Maisuak beti izan zituen *chela gazteak*, **12-13 urtekoak**, bere ermitan. Haien hezkuntza espirituala eta intelektuala izan zen bere bizitza osoko interesa: hil baino lehen, bi sei urteko mutil eta hamasei urteko gazte bat onartu zituen trebatzeko. Haien adimenak eta bizitzak "dizipulu" hitza etimologikoki errotuta dagoen diziplina zaindu horrekin zuzendu zituen. Ashrameko bizilagunek maite eta errespetatzen zuten beren guria; esku-txalo arin bat nahikoa zen irrikaz bere ondora ekartzeko. Bere umorea... isilik eta atzeratuta, inork ez zuen hitz egiten ausartzen; haren barreak alaitasunez jo zuenean, haurrek begiratzen zuten haren gainean, beren kabuz balira bezala.

Maisuak gutxitan eskatzen zien besteei zerbitzu pertsonalik egiteko, eta ez zuen ikasle baten laguntza onartuko, borondatea zintzoa ez bazen behintzat. Nire guruak isilean garbitzen zituen arropak dizipuluek zeregin pribilegiatu hori alde batera uzten bazuten. Sri Yukteswarrek okre koloreko swami jantzi tradizionala zeraman; lokarririk gabeko oinetakoak, yogien ohituraren arabera, tigre edo orein larruzkoak ziren.

Maisuak ondo hitz egiten zuen ingelesez, frantsesez, hindieraz eta bengaleraz; bere sanskritoa egokia zen. Pazientziaz irakasten zien bere dizipulu gazteei, ingelesa eta sanskritoa ikasteko berak burutsuki asmatu zituen laburbide batzuen bidez.

Maisua zen kontuz -ren bere gorputza, bitartean atxikipena arduratsu eranskin. The Infinitua, adierazi zuenez, behar bezala agertzen da osasun fisiko eta mentalaren bidez. Muturreko edozein baztertzen zuen. Behin dizipulu batek baraualdi luzea hasi zuen. Nire guruak barre egin zuen: "Zergatik ez bota txakurrari hezur bat?"

Sri Yukteswarren osasuna bikaina zen; ez nuen inoiz gaixorik ikusi. **12-14** Ikasleei medikuengana jotzea baimentzen zien, komenigarria iruditzen zitzaientean. Bere helburua munduko ohiturari errespetua ematea zen: "Medikuek sendatzeko lana Jainkoaren legeen bidez egin behar dute, materiari aplikatuta". Baina terapia mentalaren nagusitasuna goraipatzen zuen, eta askotan errepikatzen zuen: "Jakinduria da garbitzailerik handiena".

«Gorputza lagun maltzurra da. Eman iezaiozu dagokiona; ez gehiago», esan zuen. «Mina eta plazerra iragankorrak dira; jasan dualtasun guztiak lasaitasunez, aldi berean haien atxikimendua kentzen saiatuz».

Irudimena da gaixotasuna zein sendaketa sartzen diren atea. Ez sinetsi gaixotasunaren errealtatean, gaixorik zaudenean ere; bisitari ezezagun batek ihes egingo du!

Maisuak doktore asko zituen bere dizipuluen artean. "Lege fisikoak ikertu dituztenek erraz iker dezakete arimaren zientzia", esan zien. "Mekanismo espiritual sotil bat ezkutatzen da gorputz-egituraren atzean". **12-15**

Sri Yukteswarrek bere ikasleei Mendebaldeko eta Ekialdeko bertuteen lotura biziak izateko aholkatu zien. Kanpoko ohituretan mendebaldeko exekutiboa izanik, barrutik ekialdeko espirituala zen. Mendebaldeko ohitura aurrerakoiak, asmamen handikoak eta higienikoak goraipatu zituen, baita Ekialdeari mendeetako haloa ematen dioten ideal erlijiosoak ere.

Diziplina ez zen ezezaguna niretzat: etxean aita zorrotza zen, Ananta askotan gogorra. Baina Sri Yukteswarren prestakuntza ezin da zorrotza izan baino gehiago deskribatu. Perfekzionista izanik, nire gurua oso kritikoa zen bere dizipuluekin, bai garrantzizko kontuetan, bai portaeraren ñabardura sotiletan.

«Zintzotasunik gabeko jokabide onak emakume eder hil baten antzekoak dira», esan zuen une egokian. «Zuzentasunik gabeko zuzentasuna kirurgialari baten labana bezalakoa da, eraginkorra baina desatsegina. Zintzotasuna adeitasunarekin lagungarria eta miresgarria da».

Maisua pozik zegoen nire aurrerapen espiritualarekin, gutxitan aipatzen baitzuen; beste gai batzuetan nire belarriak ez ziren arrotzak errieta egitera. Nire hutsegite nagusiak arreta galtzea, umore tristeetan noizean behin egotea, zenbait etiketa arau ez betetzea eta noizean behin jokabide desagokiak ziren.

«Begira ezazu nola dauden ondo antolatuta eta orekatuta zure aita Bhagabatiren jarduerak alde guztietatik», adierazi zidan nire guruak. Lahiri Mahasayaren bi dizipuluak elkartu ziren, Seramporerako erromesaldiak hasi eta gutxira. Aitak eta Sri Yukteswarrek miresmenez ebaluatu zuten bestearen balioa. Bietako bakoitzak granito espiritualezko barne-bizitza bat eraiki zuen, mendeen poderioz konponezina.

Nire bizitzako aurreko irakasle iragankorretatik zenbait ikasgai oker jaso nituen. *Chela batek*, esan zidaten, ez zuen zertan munduko betebeharez gehiegi kezkatu behar; nire zereginak alde batera utzi edo arduragabetasunez betetzen nituenean, ez ninduten zigortzen. Giza izaerak oso erraz asimilatzen ditu halako irakaspenak. Maisuaren makil gupidagabearen pean, ordea, laster sendatu nintzen arduragabekeriaren eldarnio atseginetatik.

«Mundu honetarako onegiak direnak beste batzuk apaintzen ari dira», esan zuen Sri Yukteswarrek. «Lurreko aire librea arnasten duzun bitartean, esker oneko zerbitzua

emateko betebeharra duzu. Arnasestuka egoera guztiz menperatu duenak bakarrik **12-16** kosmikoen aginduetatik askatuta dago. Ez dizut huts egingo azken perfekzioa lortu duzunean jakinaraztean."

Nire gurua ezin zen inoiz eroskeriarik jasan, maitasunak ere ez. Ez zuen inolako barkamenik erakutsi, ni bezala, bere dizipulu izateko borondatez eskaintzen zitzaion inorekin. Maisua eta biok bere ikaslez edo ezezagunez inguratuta geunden, edo bakarrik geunden, beti argi eta garbi hitz egiten zuen eta zorrotz errieta egiten zuen. Ez zen ezer txikikeriarik egiten... azalekotasunean edo koherentziarik ezean erortzeak bere errieta saihestu zuen. Berdintze-tratamendu hau zaila zen

jasan, baina nire erabakia Sri Yukteswarri nire akats psikologiko guztiak konpontzen uztea zen. Eraldaketa erraldoi honetan lanean ari zen bitartean, askotan dardarka hasi nintzen bere diziplina- mailuaren pisuaren azpian.

«Nire hitzak gustuko ez badituzu, edozein unetan alde egiteko askatasuna duzu», ziurtatu zidan Maisuak. «Ez dut ezer nahi zure hobekuntza baino. Geratu onuragarria iruditzen bazaizu bakarrik».

Nire harrokeriari eman zidan kolpe apal bakoitzeko, nire masailezur metaforikoko hortz bakoitzeko, helburu harrigarritz askatu zuenagatik, esker oneko nago edozein adierazpen erraztasun baino gehiagorekin. Giza egoismoaren muin gogorra nekez askatzen da zakarki izan ezik. Bere irteerarekin, Jainkoak azkenean aurkitzen du oztoporik gabeko kanal bat. Alferrik saiatzen da berekoikeriaren bihotz suharrietan zehar iragazten.

Sri Yukteswarren jakinduria hain zen sarkorra, ezen, oharrei jaramonik egin gabe, sarritan erantzuten baitzien norbaiten esan gabeko behaketei. «Pertsona batek entzuten duela imajinatzen duena eta hizlariak benetan esan nahi duena oso desberdinak izan daitezke», esan zuen. «Saiatu gizakien hitz-jarioaren nahasmenaren atzean dauden pentsamenduak sentitzen».

Baina jainkozko ikuspegia mingarria da munduko belarrientzat; Maisua ez zen ezaguna ikasle azalekoen artean. Jakintsuek, beti gutxi izanik, sakonki errespetatzen zuten. Ausartuko nintzateke esatera Sri Yukteswar Indiako gururik bilatuena izango zela, bere hitzak hain zintzoak eta hain zentsuratzailleak ez balira.

«Gogor jokatzan dut nire entrenamendura datozenekin», aitortu zidan. «Hori da nire bidea; hartu edo utzi». hura. Ni borondatea inoiz ez konpromisoa. Baina zu borondatea izan asko jatorragoa ra zure dizipuluak; hori da zure modua. Larritasunaren sutan bakarrik saiatzen naiz purifikatzen, batez besteko tolerantziatik haratago erretzen dena. Ikuspegi leuna -ren maitasuna da baita ere eraldatuz. The zurrun eta hau amore emanaz metodoak dira berdin eraginkorra jakinduriaz aplikatzen bada. Atzerriko lurraldeetara joango zara, non egoaren aurkako eraso zakarrak ez diren estimatzen. Irakasle batek ezingo luke Indiako mezua Mendebaldean zabaldu pazientzia eta tolerantzia egokitailerik gabe". Uko egiten diot geroago jakin nuen egia kopurua adierazteari aurkitu Maisuaren hitzetan!

Sri Yukteswarren diskurtso zintzoak jarraitzaile ugari izatea eragotzi bazion ere lurrean egon zen urteetan, bere espiritu bizia gaur egun mundu osoan agertzen da, ikasle zintzoen bidez. bere *Kriya Yoga* eta beste irakaspen batzuk. Alexandrok lurzoruan inoiz amestu zuena baino nagusitasun handiagoa du gizonen arimetan.

Aita egun batean iritsi zen Sri Yukteswarri errespetua adieraztera. Nire gurasoak

espero zuen, ziurrenik, nire laudoriozko hitz batzuk entzutea. Harrituta geratu zen nire imperfekzioen berri luzea eman ziotenean. Maisuak ohitura zuen akats sinple eta hutsalak kontatzea, itxura txarrarekin. grabitatea. Aita ni ikustera joan zen korrika. "Zure guruaren oharretatik uste nuen hondamendi hutsa zinela!" Nire gurasoa negarrez eta barre artean zegoen.

Sri Yukteswarren atsekabearen arrazoi bakarra, bere iradokizun leunaren aurka, gizon bat bide espiritualera bihurtzen saiatzen ari nintzela izan zen.

-rekin haserre abiadura Ni bilatu kanpoan nire guru. Bera jaso ni -rekin lur jota begiak, bezala nahiz eta

Erruduntasunaren kontziente. Jainkozko lehoia nire aurrean otzan ikusi nuen aldi bakarra izan zen. Une paregabea bete-betea gozatu nuen.

«Jauna, zergatik epaitu nauzu hain errukigabe nire aita harrituaren

aurrean? Bidezkoa al zen hori?» «Ez dut berriro egingo». Maisuaren tonua

barkamena eskatzekoa zen.

Berehala desarmatu nintzen. Zein erraz onartu zuen gizon handiak bere errua! Aitaren lasaitasuna berriro ez zuen asaldu arren, Maisuak etengabe jarraitu zuen ni diseekzionatzen nahi zuenean eta nahi zuen lekuan.

Maiz, dizipulu berriek Sri Yukteswarrekin bat egiten zuten besteen kritika zorrotzean. Gurua bezain jakintsuak! Bereizketa akatsik gabeko ereduak! Baina eraso hartzen duena ezin da babesgabe egon. Ikasle kexati berberak ihes egin zuten Maisuak bere gezi analitikotik publikoki haien norabidean gezi batzuk askatu bezain laster.

«Barne ahultasun samurrak, gaitzespen ukitu arinei nazka ematen dietenak, gorputzeko atal gaixoak bezalakoak dira, ukitu delikatu baten aurretik ere atzera egiten dutenak». Hau izan zen Sri Yukteswarren iruzkin dibertigarria, herabeei buruz.

Badira beren irudira egindako guru baten bila dabiltzan dizipuluak. Ikasle horiek sarritan kexatzen ziren Sri Yukteswar ez zutela ulertzen.

«Ez duzu Jainkoa ulertzen ere!», erantzun nion behin. «Santu bat argi ikusten duzunean, bat izango zara». Trilioi misterioen artean, segundo oro aire azaldu ezina arnasten, nor ausartuko litzateke maisu baten izaera ulertezina berehala ulertzea eskatzera?

Ikasleak etorri ziren, eta oro har joan ziren. Sinpatia oliotsu eta aitortza erosoan bide baten irrika zutenek ez zuten ermitan aurkitu. Maisuak aterpea eta artzaintza eskaini zien eonetarako, baina dizipulu askok zikoitzki eskatu zuten egoaren balsamoa ere. Joan ziren, bizitzako umiliazio ugariak nahiago izan zituzten edozein apaltasun baino lehen. Maisuaren izpi distiratsuak, bere jakinduriaren eguzki-argia sarkorra, indartsuegiak ziren haien gaixotasun espiritualerako. Irakasle txikiagoren bat bilatu zuten, lausenguarekin itzal eginez, ezjakintasunaren loaldi irregularra ahalbidetuz.

Maisuarekin eman nituen lehen hilabeteetan, haren errieta beldur handia sentitu nuen. Errieta hauek, laster konturatu nintzen, ahozko bizi-ekzioa eskatu zioten dizipuluentzat gordeta zeudela. Ikasle bihurriren batek protesta egiten bazuen, Sri Yukteswar isiltasun osoa hartzen zuen. Bere hitzak ez ziren inoiz haserretsuak,

baizik eta jakinduriaz beteak.

Maisuaren ikuspegia ez zen bisitari arrunten belarri prestatugabeentzat; gutxitan aipatzen zituen haien akatsak, nabarmenak izan arren. Baina bere aholkua bilatzen zuten ikasleekiko, Sri Yukteswarrek erantzukizun larria sentitzen zuen. Ausarta da, hain zuzen ere, egoak bustitako gizateriaren mea gordina eraldatzeko konpromisoa hartzen duen gura! Santu baten ausardia mundu honetako begirik gabeko estropezuekiko duen errukian errotzen da.

Oinarrizko haserrea alde batera utzi nuenean, nire zigorra nabarmen gutxitu zela ohartu nintzen. Oso modu sotilean, Maisuak nahiko barkamenera jo zuen. Denborarekin, giza nortasunak normalean bere burua babesten duen arrazionalizazio eta inkontzienteko erreserba guztiak eraitsi nituen. **12-17** Saria nire guruarekin ahaleginik gabeko harmonia izan zen. Orduan konturatu nintzen konfiantzazkoa, kontuan hartzailea eta isilean maitekorra zela. Hala ere, erakusgarririk gabe, ez zuen maitasun hitzik esan.

Nire izaera batez ere deboziziozkoa da. Hasieran, kezkarria izan zen nire gurua, *jnanaz beteta baina bhaktirik* gabe zirudiena, **12-18** matematika espiritual hotz baten bidez bakarrik adierazten zuen bere burua. Baina haren izaerara egokitu ahala, ez nuen gutxitzerik aurkitu, baizik eta areagotzerik Jainkoarekiko nire deboziziozko hurbilketan. Maisu autoerrealizatu batek gai da bere dizipuluak gidatzeko haien funtsezko joeraren ildo naturaletik.

Sri Yukteswarrekin nuen harremana, apur bat artikulatu gabea, elokuentzia osoa zuen hala ere. Askotan bere sinadura isila aurkitzen nuen nire pentsamenduetan, hitz egitea alferrikakoa bihurtuz. Bere ondoan lasai eserita, bere oparotasuna nire izatearen gainean bakean isurtzen sentitzen nuen.

Sri Yukteswarren justizia inpartziala nabarmen erakutsi zen nire lehen unibertsitateko udako oporretan. Oso pozik nengoen Serampore-n nire guruarekin hilabeteak etengabe pasatzeko aukeraz.

«Ermitako arduraduna izan zaitezke». Maisua pozik zegoen nire etorrera sutsuarekin. «Zure eginkizunak gonbidatuak hartzea eta beste dizipuluen lana gainbegiratzea izango dira».

Kumar, Bengala ekialdeko herrixka gazte bat, bi aste geroago onartu zuten ermita prestakuntzan. Bereziki adimentsua zenez, azkar irabazi zuen Sri Yukteswarren maitasuna. Arrazoi ulertezin batengatik, Maisua oso atsegina izan zen bizilagun berriarekin.

«Mukunda, utzi Kumarrek zure eginkizunak hartzen. Erabili zure denbora garbitzen eta sukaldatzen». Maisuak eman zituen jarraibide hauek mutil berria gurekin hilabete bat zeramanean.

Lidergo izendatua, Kumarrek etxeko tirania txikia erabili zuen. Isilpeko matxinadan, beste dizipuluek egunero aholku bila jarraitu zuten niregana.

«Mukunda ezinezkoa da! Gainbegirale izendatu nauzu, baina besteek harengana joaten dira eta obeditzen diote». Hiru aste geroago, Kumar gure guruari kexatzen ari zen. Aldameneko gela batetik entzun nion.

«Horregatik jarri dizut bera sukaldara eta zu egongelara». Sri Yukteswarren tonu

ihartsua berria zen Kumarrentzat. «Horrela konturatu zara lider duin batek zerbitzatzeko gogoia duela, eta ez nagusitzeko. Mukundaren kargua nahi zenuen, baina ezin izan zenuen merituz mantendu. Itzuli orain sukaldari laguntzaile gisa egindako lehen lanera».

Gertakari apal honen ondoren, Maisuak Kumarrekiko ohiturarik gabeko jarrera hartu zuen berriro. Nork argitu dezake erakarpenaren misterioa? Kumarrengan, gure guruak iturri xarmangarri bat aurkitu zuen, dizipulukideentzat ez zena zipriztindu. Mutil berria, jakina, Sri zen arren...

Yukteswarren gogokoena izanik, ez nuen etsipenik sentitu. Maisuek ere dituzten berezitasun pertsonalek konplexutasun handia ematen diote bizitzaren ereduari. Nire izaera gutxitan menderatzen du xehetasun batek; Sri Yukteswarrengandik kanpoko laudorio bat baino onura eskuraezinago bat bilatzen nuen.

Kumar hitz egin zuen pozoitsuki ra ni bat egun gabe arrazoia; Ni zen sakonki mindu.

«Burua lehertzeko zorian duzu!», abisu bat gehitu nion, zeinaren egia intuitiboki sentitu nuen: «Zure jokabidea zuzentzen ez baduzu, noizbait ashrama hau uzteko eskatuko dizute».

Sarkasmoz barre eginez, Kumarrek nire oharra errepikatu zion gure guruari, gelara sartu berria baitzen. Errieta egingo zidatela espero nuenez, apalki bazter batera erretiratu nintzen.

«Agian Mukundak arrazoia du». Maisuak mutilari erantzun zion hotzetasun ezohikoarekin. Zigorrik gabe ihes egin nuen.

Urtebete geroago, Kumar bere haurtzaroko etxera joan zen bisitan. Sri Yukteswarren isilpeko desadostasuna alde batera utzi zuen, honek ez baitzuen inoiz bere dizipuluen mugimenduak autoritatez kontrolatzen. Hilabete batzuk geroago, mutila Serampore-ra itzuli zenean, aldaketa bat nabarmena zen, modu desatsegin batean. Joan zen Kumar dotorea, aurpegi lasai eta distiratsuarekin. Gure aurrean nekazari ezezagun bat baino ez zegoen, azkenaldian ohitura gaizto batzuk hartu zituen.

Maisuak deitu ninduen eta bihotz-hautsirik eztabaidatu zuen mutila orain ez zela egokia monastegiko ermita bizitzarako.

«Mukunda, zure esku uzten dut Kumarri bihar ashrama uzteko agindua ematea; ezin dut egin!» Malkoak zituen Sri Yukteswarren begietan, baina azkar kontrolatu zuen bere burua. «Mutila ez zen inoiz sakonera honetara eroriko niri kasu egin izan balio eta lagun desegokiekin nahastera joan ez balitz. Nire babesa ukatu du; mundu gogorrek bere gurua izan behar du oraindik».

Kumarren irteerak ez zidan poz handirik eman; zoritxarrez, galdetu nion neure buruari nola irabazi zezakeen boterea duen norbaitek... Nagusiaren maitasunak inoiz erantzungo lieke erakargarritasun merkeagoei. Ardoaren eta sexuaren gozamina gizaki naturalean errotuta daude, eta ez dute pertzepzio findurik behar haien estimua lortzeko. Zentzumen-trikimailuak adelfa hostoiraunkorraren parekoak dira, bere lore koloretsuekin usaintsua: landarearen zati guztiak pozoitsuak dira. Sendatzearen lurraldea barruan dago, milaka bide okeritsu-itsuan bilatzen den zoriontasun horrekin distiratsu. **12-19**

«Adimen zorrotza bi ahokoa da», esan zuen behin Maisuak Kumarren adimen bikainari erreferentzia eginez. «Labana bat bezala erabil daiteke, eraikitzaileki edo suntsitzaileki, ezjakintasunaren irakina ebakitzeko edo norberaren burua mozteko. Adimena zuzen gidatzen da adimenak lege espiritualaren saihestezintasuna onartu ondoren bakarrik».

Nire guria askatasunez nahasten zen gizonezko eta emakumezko dizipuluekin, guztiak bere seme-alaba gisa tratatuz. Haien arimaren berdintasuna hautemanez, ez zuen bereizketarik edo partzialtasunik erakusten.

"Barruan lo egin, zu egin ez jakin ea zu dira bat gizona edo bat emakumea," bera esan zuen. "Bakarrik bezala bat gizona,

Emakume baten papera egiteak ez du emakume bihurtzen, beraz, arimak, gizona eta emakumea biak paperatuz, ez du sexurik. Arima Jainkoaren irudi garbi eta aldaezina da.

Sri Yukteswarrek ez zituen inoiz emakumeak saihestu edo errudun jo sedukzio-objektu gisa. Gizonezkoak ere, esan zuen, tentazio bat zirela emakumeentzat. Behin galdetu nion nire guruari zergatik deitu zien antzinako santu handi batek emakumeei "infernuko atea".

«Neska batek oso gogaikarria izan behar zuen bere lasaitasunerako bere bizitzaren hasieran», erantzun zuen nire guruak zorrotz. «Bestela, ez zuen emakumea salatuko, baizik eta bere autokontrolaren akatsen bat».

Bisitariren batek ermitan istorio iradokitzailearen bat kontatzen ausartzen bazen, Maisuak isiltasun erantzunik gabe mantentzen zuen. "Ez utzi aurpegi eder baten zigor probokatzaileak jotzen", esan zien dizipuluei. "Nola goza dezakete zentzumen-esklaboek munduaz? Bere zapore sotilak ihes egiten diete jatorrizko lokatzetan arrastaka dabiltzan bitartean. Bereizmen on guztiak galdu egiten ditu oinarrizko irrika duen gizonak".

Sri Yukteswarrengandik aholku pazientziatsu eta ulerkorra jasotako *maya engainu* dualistatik ihes egin nahi duten ikasleak .

«Jatearen helburua gosea asetzea den bezala, ez gutizia, sexu-sena espeziearen hedapenerako diseinatuta dago lege naturalaren arabera, ez inoiz aseezinak diren irrikak pizteko», esan zuen. «Suntsitu desira okerrak orain; bestela, gorputz astrala bere estalki fisikotik erauzten denean jarraituko dizute. Haragia ahula denean ere, adimenak etengabe erresistentea izan behar du. Tentazioak indar krudelarekin erasotzen bazaitu, gaintitu ezazu analisi inpertsonalaren eta borondate menderaezinaren bidez. Grina natural guztiak menderatu daitezke».

"Kontserba itzazu zure indarrak. Izan zaitez ozeano zabal baten antzekoa, zentzumenen ibaiadar guztiak xurgatzen. Irrika txikiak zure barne-bakearen urtegiaren irekidurak dira, sendatzeko urak materialismoaren basamortuko lurzoruan xahutzea ahalbidetzen dutenak. Desira okerraren bulkada aktibatzaile indartsua da gizakiaren zoriontasunaren etsai handiena. Ibili munduan autokontrolaren lehoi bat bezala; ikusi ahultasunaren igelek ez zaituztela ostikoka ibiltzen."

Debotoa azkenean berezko bulkada guztietatik askatzen da. Giza maitasunaren beharra Jainkoarenganako bakarrik nahi bihurtzen du, maitasun bakarti batean, nonahi dagoelako.

Sri Yukteswarren ama Benaresko Rana Mahal barrutian bizi zen, non nire gura lehen aldiz bisitatu nuen. Adeitsua eta jatorra zen, baina iritzi oso sendoak zituen

emakumea zen. Egun batean bere balkoian zutik nengoen eta ama eta semea elkarrekin hizketan ikusi nituen. Bere modu lasai eta zentzuzkoan, Maisuak zerbaiti buruz konbentzitzen saiatzen ari zen. Antza denez, ez zuen lortu, burua indarrez astindu baitzuen.

"Ez, ez, nire semea, joan urrun orain! Zure jakintsu hitzak dira ez -rako ni! Ni naiz ez zure dizipulu!"

Sri Yukteswar atzera egin zuen eztabaida gehiagorik gabe, errieta egin dioten haur baten antzera. Hunkitu egin ninduen bere amarekiko zuen errespetu handiak, nahiz eta bere umore arraroetan egon. Amak bere seme txiki gisa bakarrik ikusten zuen,

ez jakintsu gisa. Gertakari txiki hark xarma bat zuen; nire guruaren izaera ezohikoari buruzko argia eman zuen, barrutik apala eta kanpotik makurtuezina.

Monasterioko araudiek ez diote swami bati uzten munduko loturekin lotura mantentzea, formalki banandu ondoren. Ezin ditu etxekoandrearentzat derrigorrezkoak diren familia-erritu zeremonialak egin. Hala ere, Shankarak, Swami Ordenaren sortzaile zaharrak, aginduak baztertu zituen. Bere ama maitearen heriotzan, bere gorpua erraustu zuen bere esku altxatutik zipriztindu zuen zeruko suarekin.

Sri Yukteswarrek ere ez zituen murrizketak kontuan hartu, modu ez hain ikusgarrian. Ama hil zenean, Benaresen Ganges santuaren ondoko krematorio zerbitzuak antolatu zituen, eta brahman askori jaten eman zien antzinako ohiturei jarraituz.

Shastriko debekuek swamiei identifikazio estuak gainditzeko laguntzeko helburua zuten. *Shankarak* eta Sri Yukteswarrek beren izakiak guztiz batu zituzten Espiritu Inpertsonalean; ez zuen arau bidezko erreskaterik behar. Batzuetan, gainera, maisu batek nahita alde batera uzten du kanon bat, bere printzipioa forma baino hobe eta independentea dela defendatzeko. Horrela, Jesusek arto-buruak bildu zituen egunean atsedenarena. Saihestezin ziren kritikariei esan zien: «Sabbatua gizakiarentzat egin zen, eta ez gizakia sabbatuarentzat». **12-20**

Eskritura Santuetatik kanpo, gutxitan izaten zen Sri Yukteswarren liburu bat ohoratzen zuena. Hala ere, beti ezagutzen zituen azken aurkikuntza zientifikoak eta ezagutzaren beste aurrerapen batzuk. Hizketan aritzen zen pertsona bikaina zenez, gonbidatuekin gai ugariri buruzko iritziak trukatzeari gozatzen zuen. Nire guruaren umore azkarrak eta barre algarak eztabaida guztiak alaitzen zituzten. Askotan serioa, Maisua ez zen inoiz triste izaten. "Jauna bilatzeko, ez da beharrezkoa aurpegia desitxuratzea", esaten zuen. "Gogoratu Jainkoa aurkitzeak atsekabe guztien hileta esan nahi duela".

Ermitara etorri ziren filosofo, irakasle, abokatu eta zientzialarien artean, batzuk lehen bisitan iritsi ziren erlijio-zale ortodoxoren batekin topo egiteko itxaropenarekin. Irribarre harropuz batek edo tolerantziazko begirada dibertigarri batek noizean behin erakusten zuen etorri berriek ez zutela ezer espero jainkozaletasun-platitude batzuk baino. Hala ere, haien nahigabeko irteerak Sri Yukteswarrek beren arlo espezializatuetan ikuspegi zehatza erakutsi zuelako uste sendoa ekarriko zuen.

Nire gurua normalean atsegina eta atsegina zen gonbidatuekin; ongietorria adeitasun xarmangarri egiten zion. Hala ere, egoista sutsuek batzuetan kolpe bizigarri bat jasaten zuten. Maisuarengan axolagabekeria hotza edo oposizio izugarria aurkitzen zuten: izotza edo burdina!

Kimikari ospetsu batek behin ezpatak gurutzatu zituen Sri Yukteswarrekin. Bisitariak ez zuen onartuko Jainkoaren existentzia, zientziak ez baitu hura detektatzeko modurik asmatu.

«Beraz, azalpenik gabe huts egin duzue Botere Gorena zuen probetetan isolatzean!», Maisuaren begirada zorrotza zen. «Entzun gabeko esperimentu bat gomendatzen dizuet. Aztertu etengabe zuen pentsamenduak hogeita lau orduz. Gero, ez harritu gehiago Jainkoaren gabeziak».

A ospatu aditu jaso bat antzeko astinaldi -rekin harroputza grina, hau jakintsu astindu hau ashrama

habearteak -rekin eskriturazko jakinduria. Oihartzun handikoa pasarteak isuri -tik hau *Mahabharata* , hau

.*Upanishad-ak* , **12-21** hau *Bhasyak* **12-22** -ren Shankara

«Zure zain nago», esan zuen Sri Yukteswarren tonua galdetzailea zen, isiltasun osoa nagusitu balitz bezala. Pandita nahastuta zegoen.

«Aipuak ugariak izan dira». Maisuaren hitzek barregura eragin zidaten, bisitariarengandik distantzia errespetutsu batera nire txokoan eserita nengoela. «Baina zer jatorrizko iruzkin eman dezakezu, zure bizitza berezi honen berezitasunetik abiatuta? Zein testu sakratu xurgatu eta bereganatu duzu? Nola berritu dute egia betiko hauek zure izaera? Pozik zaude beste gizonen hitzak mekanikoki errepikatzen dituen biktrola huts bat izatearekin?»

"Nik eman gora!" The jakintsuaren atsekabea zen komikoa. "Nik izan ez barneko errealizazioa."

Agian lehen aldiz ulertu zuen koma bereizteak ez duela koma espiritual bat barkatzen.

«Pedante odolgabe hauek lanpararen usain txarra dute», esan zuen nire guruak zigortutakoaren irteeraren ondoren. «Filosofia nahiago dute adimena prestatzeko ariketa leun bat izatea. Haien pentsamendu jasoak ez daude loturarik kanpoko ekintzaren zakarkeriarekin ezta barneko diziiplina zigortzailearekin ere!»

Maisua estresatuta piztuta beste okasioak hau alferrikakotasuna -ren hutsa liburu ikaskuntza.

«Ez nahastu ulermena hiztegi zabalago batekin», esan zuen. «Idazki sakratuak onuragarriak dira barne-errealizaziorako nahia pizteko, estrofa bana poliki-poliki asimilatzen bada. Etengabeko ikasketa intelektualak banitatea eta digeritu gabeko gogobetetasun faltsua dakar». ezagutza».

Sri Yukteswarrek bere esperientzia bat kontatu zuen Eskrituretako heziketan. Eszena Bengala ekialdeko baso-ermita bat zen, non Dabru Ballav irakasle ospetsuaren prozedura behatu zuen. Bere metodoa, aldi berean sinplea eta zaila, ohikoa zen antzinako Indian.

Dabru Ballavek bere dizipuluak bildu zituen oihaneko bakardadeetan. *Bhagavad Gita santua* zabalik zegoen haien aurrean. Ordu erdiz pasarte bati erreparatu zioten, eta gero begiak itxi zituzten. Beste ordu erdi bat igaro zen. Maisuak iruzkin labur bat egin zuen. Mugitu gabe, ordubetez berriro mediatu zuten. Azkenean, guruak hitz egin zuen.

"Izan zu ulertuta?"

"Bai, jauna." Bat barruan hau talde ausartu hau baieztapen.

«Ez; ez erabat. Bilatu hitz hauei India mendez mende gaztetzeko ahalmena eman dien bizitasun espirituala». Beste ordubete igaro zen isiltasunean. Maisuak ikasleak agurtu eta Sri Yukteswarrengana jo zuen.

"Ez, jauna, ez benetan; nahiz eta nire begiak eta gogoia izan korrika egin zehar bere orrialdeak asko aldiz."

«Milaka lagunek erantzun didate modu ezberdinean!», jakintsu handiak irribarre egin zion Maisuari bedeinkapen gisa. «Norbaitek bere burua Eskritura Santuetako aberastasunaren kanpoko erakustaldi batekin okupatzen badu, zer denbora geratzen zaio perla baliotsuen bila isil-isilik barne-murgiltzeko?»

Sri Yukteswarrek bere dizipuluen ikasketa zuzendu zuen arreta bakarreko metodo intentsibo berarekin. "Jakinduria ez da begiekin asimilatzen, atomoekin baizik", esan zuen. "Egia baten konbentzimendua ez dagoenean zure garunean bakarrik, zure izatean baizik, lotsati ziurtatu dezakezu haren esanahia". Ikasle batek liburu-ezagutza interpretatzeko joera oro desanimatu zuen... errealizazio espiritualerako beharrezko urratsa.

« *Rishiek* esaldi bakarrean idatzi zituzten sakontasunak, eta horiek belaunaldiz belaunaldi aztertzen aritu ziren aditu iruzkingileek», adierazi zuen. «Eztabaida literario amaigabeak dira buru alferrentzat. Zein pentsamendu askatzaileagorik ba al dago 'Jainkoa bada' baino? —ez, 'Jainkoa' baino?»

Baina gizakia ez da erraz itzultzen sinpletasunera. Gutxitan izaten da berarentzat "Jainkoa", baizik eta ikasitako ponpositateak. Bere egoa pozik dago, halako jakinduria uler dezakeelako.

Munduko posizio altuaz harrotasunez jabetzen ziren gizonek, Maisuaren aurrean, apaltasuna gehitzeko joera zuten beste ondasunez. Behin, tokiko magistratu bat iritsi zen Puriko itsasertzeko ermitara elkarrizketa bat egitera. Gizonak, ankerkeria ospea zuenak, ashramatik kanporatzeko ahalmena zuen. Nire guruari aukera despotikoei buruz ohartarazi nion. Baina aire irmo batekin eseri zen, eta ez zen altxatu bisitaria agurtzeko. Apur bat urduri, Ate ondoan okupatu nintzen. Gizonak zurezko kaxa batekin konformatu behar izan zuen; nire guruak ez zidan eskatu aulki bat ekartzeko. Ez zen bete magistratuak bere garrantzia zeremoniaz aitortuko zuelako zuen itxaropen agerikoa.

Eztabaida metafisiko bat hasi zen. Gonbidatuak idatzi santuen interpretazio okerretan huts egin zuen. Bere zehaztasuna gutxitu ahala, bere haserrea handitu egin zen.

«Badakizu master azterketan lehenengo geratu nintzela?» Arrazoiak alde batera utzi zuen, baina oraindik oihu egin zezakeen.

«Magistra jauna, ahaztu egiten zaizu hau ez dela zure epaitegia», erantzun zion Maisuak lasai. «Zure haurtzaroko oharretatik ondorioztatuko nuke zure

unibertsitateko ibilbidea ez zela apartekoa izan. Unibertsitateko titulua, nolanahi ere, ez dago zerikusirik Vediko errealizazioarekin. Santuak ez dira multzoka sortzen seihileko bakoitzean, kontulariak bezala».

Ondoren bat txundituta isiltasuna, hau bisitari barre egin zuen bihotzez.

«Hau da zeruko magistratu batekin dudan lehen topaketa», esan zuen. Geroago, bere izatearen parte ziren legezko terminoetan idatzitako eskaera formal bat egin zuen, onartua izateko.

"proban" dizipulu.

Nire guruak berak zaindu zituen bere ondasunen kudeaketarekin lotutako xehetasunak. Hainbat alditan, pertsona eskrupulurik gabekoek Maisuaren arbasoen lurraren jabetza lortzen saiatu ziren. Determinazioz eta baita auziak bultzatuz ere, Sri Yukteswarrek aurkari guztiak gainditu zituen. Esperientzia mingarri hauek jasan zituen inoiz guru eskele edo bere dizipuluentzako zama ez izateko nahiagatik.

Bere finantza-independentzia izan zen nire Maisu kezkarri eta zintzoa diplomaziaren amarruen aurrean errugabea izatearen arrazoietakoa bat. Beren jarraitzaileak lausengatu behar dituzten irakasle horiek ez bezala, nire gura... Besteen aberastasunaren eraginetatik, agerikoetatik zein sotiletatik, iragazgaitza zen. Inoiz ez nion entzun dirua eskatzen edo iradokitzen ere inolako helburutarako. Bere ermitako prestakuntza doan eta dohainik eman zitzaien dizipulu guztiei.

Egun batean, gorteko ordezkari lotsagabe bat iritsi zen Serampore ashramara Sri Yukteswarri zitazio legal bat emateko. Kanai izeneko dizipulu bat eta ni ere bertan geunden. Ofizialaren jarrera Maisuarekiko iraingarria zen.

«Ongi egingo dizu zure ermitaren itzalak utzi eta epaitegi bateko aire zintzoa arnasteak». Ordezkariak mespretxuz irribarre egin zuen. Ezin izan nion neure buruari eutsi.

"Beste bat hitz -ren zure lotsagabekeria eta zu borondatea izan piztuta hau zorua!" Ni aurreratu mehatxuz.

«Zaborra!», Kanairen oihuak nirearekin batera entzun ziren. «Ausartzen al zara zure blasfemiak ashrama sakratu honetara ekartzen?»

Baina Maisuak babes-adierazlearen aurrean jarri zen. "Ez zaitez alferrik urduri jarri. Gizon honek bere betebeharra betetzen ari da, besterik ez."

The ofizial, zur eta lur -n bere aldakorra harrera, errespetuz eskaini bat hitz -ren barkamena eta abiadura hartu urrun.

Harrigarria zen hain borondate sutsua zuen maisu bat barnean hain lasai egotea aurkitzea. Jainkoaren gizon baten definizio vedikoarekin bat zetorren: "Lorea baino leunagoa, adeitasunari dagokionez; trumoa baino indartsuagoa, printzipioak jokoan daudenean".

Beti daude mundu honetan Browning-en hitzetan, "argirik ez jasaten dutenak, izanik" "beren burua ilun bihurtzen da". Kanpoko batek noizean behin Sri Yukteswarri errieta egiten zion kexu imajinario batengatik. Nire guru asaldaezinak adeitasunez entzuten zuen, bere burua aztertuz ea egia zatiren bat zegoen salaketa horretan. Eszena hauek Maisuaren behaketa paregabe bat ekarriko zidaten gogora: "Batzuek besteen buruak moztuz saiatzen dira altu izaten!"

Santu baten lasaitasun hutsegitegabea edozein sermoi baino harrigarriagoa da.

"Haserretzeko motela indartsua baino hobea da; eta bere espiritua menderatzen duena hiri bat hartzen duena baino". **12-23**

Ni maiz islatuta hori nire dotore Maisua ahal izan erraz izan izan bat enperadore edo mundua astintzen duen

Gerlari baten burua ospean edo munduko lorpenetan zentratuta egon bazen. Horren ordeztu, haserrearen eta egoismoaren barne-gotorleku horiek erasotzea aukeratu zuen, zeinen erorketa gizaki baten gailurra den.

.....
12-1 "Durgaren gurtza". Bengalako urteko jaialdi nagusia da eta bederatzi egun irauten du irailaren amaieran. Berehala jarraituz da hau hamar eguneko jaialdia -ren *Dashahara* ("a Bat MOE kentzen du hamar bekatuak"-hiru -ren gorputza, hiru -ren gogoa, lau -ren hitzaldia). Biak *pujak* dira sakratua ra Durga, literalki "a Eskuraezina", bat alderdi -ren Jainkotiarra Ama, Shakti, emakumezkoen indar sortzaile pertsonifikatua.

12-2 : Sri Yukteswar zen jaioa piztuta Maiatza 10, 1855.

12-3 : *Yukteswar* esan nahi du "batuta ra Jainkoa." *Giri* da bat sailkapen bereizketa -ren bat -ren hau hamar antzinako Swami adarrak. *Sri*

.esan nahi du "santu"; hura da ez bat izena baina bat titulua -ren errespetua

12-4 : Literalki, "-ra zuzen elkarrekin." *Samadhi* da bat superkontziente estatu -ren extasia barruan zein hau yogi hautematen du hau arimaren eta Espirituaren identitatea.

12-5 : Zurrungak, arabera ra fisiologoak, da bat adierazle -ren esan erlaxazioa (-ra hau ahaztezin praktikatzailea, soilik).

12-6 : *Dhal* da bat lodi zopa egina -tik zatitu ilarrak edo beste pultsuak. *Txana* da bat gazta -ren fresko mamitu esnea, moztu karratuetan moztuta eta patatekin curryan.

12-7 Yogi baten botere omnipresenteak, zeinen bidez sorkuntzan duen batasuna ikusi, entzun, dastatu, usaindu eta sentitzen duen inolako eraginik gabe. hau erabili -ren zentzumenezko organoak, izan izan deskribatu bezala jarraitzen du barruan hau *Taittiriya Aranyaka* : "The itsu gizona zulatu perla; hatzik gabekoak hari bat sartu zion; leporik gabekoak jantzi zuen; eta mihirik gabekoak goraipatu egin zuen."

12-8 : The kobra azkar grebak -n edozein mugitzen objektu barruan bere barrutia. Osatu geldiduna da normalean norberaren zola itxaropena segurtasunaren .

12-9 : Lahiri Mahasaya egia esan esan zuen "Priya" (lehenengo edo emanda izena), ez "Yukteswar" (monastikoa izena, ez jaso egilea nire gurua zehar Lahiri Mahasayaren bizitza osoan). (Ikusi [orrialde 109.](#)) "Yukteswar" da ordezkatu hemen, eta barruan bat gutxi beste lekuak liburu honetan, irakurleari bi izenen nahasketa saihesteko.

12-10 : "Horregatik Ni esan arte zu, Zer? gauzak nolanahi ere bai nahia, noiz bai otoitz egin, sinetsi hori bai jaso haiek, eta bai izango dituzte." - *Markos* 11:24. Jainkoak Ikusmena duten maisuek gai dira beren errealizazioak dizipulu aurreratuei transferitzeko, Lahiri Mahasayak Sri Yukteswarrentzat egin zuen bezala oraingoan.

12-11 : "Eta bat -ren haiek jo hau zerbitzari -ren hau altua apaiza, eta moztu itzalita bere eskuin belarri. Eta Jesus erantzun eta esan zuen: «Utzi orain arte». Eta belarria ukitu eta sendatu egin zuen». - *Lukas* 22:50-51.

12-12 : "Eman ez hori zein da santu arte hau txakurrak, ez bata ez bestea aktore bai zure perlak aurretik txerri, beldurrez haiek zapaldu haiek haien oinen azpian, eta berriro itzuli eta urratu egingo zaituzte». - *Mateo* 7:6.

12-13 : Dizipuluak; -tik Sanskritoa aditza erroa, "-ra zerbitzatu."

12-14 : Bera zen behin gaixo barruan Kaxmir, noiz Ni zen absente -tik bera. (Ikusi [kapitulua 23.](#))

12-15 : A ausarta medikoa gizona, Karlos Roberto Richet, saritua hau Nobela Saria barruan fisiologia, idatzi zuen bezala honako hau dio: "Metafisika ez da oraindik ofizialki zientzia gisa aitortua. Baina izango da. Edinburgo, Ni zen gai ra

baiezatu aurretik 100 fisiologoak hori gure bost zentzumenak dira ez gure bakarrik esan nahi du -ren ezagutza eta hori Zeren eta bat egitate da bat zati -ren errealitatea batzuetan. iristen da hau adimena barruan beste moduak. arraroa da ez arrazoa hori hura egiten du ez existitu. Zeren eta

MOE izan errailkatu -n metafisika bezala batbat azterketa da zaila, da hori bat arrazoa -rako ez ulermena Horiek ? okultismoa

hau harri filosofalaren bilaketa ilusiozkoa zela argudiatuz kimikaren aurka borrokatu zirenen bezainbeste. ,
kontua -ren printzipioak han dira bakarrik horiek -ren Lavoisier, Claude Bernardo, eta
Pasteur-a *esperimentala* nonahi eta beti. Agurrak, orduan, ra hau berria zientzia zein da joango ra aldaketa giza
."pentsamenduaren orientazioa

12-16 : *Samadhi* : perfektua sindikatu -ren hau indibidualizatua arima -rekin hau Infinitua Espiritua.

12-17 : The inkontzienteki gidatua arrazionalizazioak -ren hau gogoa dira guztiz desberdin -tik hau hutsezina gidaritza -ren egia zein den arazoak -tik hau superkontzientzia. Led egilea Frantsesa zientzialariak -ren hau Sorbona, Mendebaldekoa pentsalariak dira hasiera gizakiarengan jainkozko pertzepzioaren aukera ikertzeko.

Azken hogeitertean, psikologiako ikasleek, Freuden eraginpean, denbora guztia eman dute subkontzientea arakatzeko " erreinuak," Errabinoak Israel H. Levinthal zorrotz kanpoan barruan 1929. "Hori da egia hori hau subkontziente agerian uzten du asko -ren giza ekintzak azaldu ditzakeen misterioa, baina ez gure ekintza guztiak. Anormala azaldu dezake, baina ez gainerik dauden egintzak hau normala. The azken psikologia, babesle egilea hau Frantsesa eskolak, du aurkitu bat berria eskualde barruan gizona, zein superkontzientea deitzen du. Gure izaeraren urpeko korranteak irudikatzen dituen subkontzientearen aldean, agerian uzten du hau altuerak ra zein gure natura ahal iristeko. Gizona adierazten du bat hirukoitza, ez bat bikoitza, nortasuna; gure kontziente eta subkontzientea superkontzientzia batek koroatzen du. Duela urte asko, FWH Myers psikologo ingelesak iradoki zuen "gure izaeraren sakonean zabor-pila bat eta altxor-etxe bat ezkutatuta daudela". Gizakiaren izaeraren subkontzientean bere ikerketa guztiak zentratzen dituen psikologiaren aldean, superkontzientearen psikologia berri honek altxor-etxean jartzen du arreta, gizakien ekintza handi, altruista eta .heroikoak azal ditzakeen eskualdean bakarrik

12-18 : *Jnana* , jakinduria, eta *bhakti* , debozioa: bi -ren hau nagusia bideak ra Jainkoa.

12-19 : "Gizona barruan bere esnatzen estatu jartzen aurrera kontaezin ahaleginak -rako bizitzeko sentzual plazerak; noiz hau osoa zentzumen-organoen taldea nekatuta dagoenean, eskura duen plazerak ere ahaztu egiten du eta lotara joaten da ariman, bere izaeran, atsedena hartzeko», idatzi zuen Shankarak, Vedantista handiak. «Beraz, zoriontasun ultra-sentzuala oso erraza da lortzen eta askoz hobe da nazkarekin amaitzen diren zentzumen-plazerak baino».

12-20 : *Mark* 2:27.

12-21 Upanishad edo *Vedanta* (literalki, "Veden amaiera"), Veden zenbait ataletan agertzen dira *laburpen* funtsezko gisa. *Upanishad-ek hindu* erlijioaren oinarri doktrinala eskaintzen dute. Schopenhauerrengandik omenaldi hau jaso zuten: "Nola guztiz egiten du hau *Upanishad* arnasa hartu zehar hau santu espiritu -ren hau *Vedak* ! Nola da denak nork ezagutu du espiritu horrek bere arimaren sakonean eragin duen liburu paregabe hori! Esaldi bakoitzetik sakona, jatorrizkoa, eta sublime pentsamenduak sortu, eta hau osoa da zeharkatuta egilea bat altua eta santu eta serio espiritua. . . *Upanishad-en* bidez *Vedetara* iristea da, nire ustez, mende honek aurreko mende guztien aurretik izan dezakeen pribilegiarik handiena.

12-22 : Iruizkinak. Shankara paregabe azalduta hau *Upanishad-ak* 12-

23 : *Esaera Zaharrak* 16:32.

KAPITULUA: 13

The Lo egin gabe Santua

"Mesedez, utzi iezadazu Himalaiara joaten. Bakardade etengabe jainkozko batasun jarraitua lortzea espero dut."

Behin, esker txarreko hitz hauek zuzendu nizkion nire Maisuari. Noizean behin debotoari erasotzen dioten engainu aurreikusezinetako batek harrapatuta, gero eta pazientzia gutxiago nuen ermita-betebeharrekin eta unibertsitateko ikasketekin. Zirkunstantzia ahul bat da nire proposamena Sri Yukteswarrekin sei hilabete besterik ez nituenean egin nuela. Oraindik ez nuen guztiz bere altuera izugarria ikusi.

«Mendiko gizon asko bizi dira Himalaian, baina ez dute Jainkoaren pertzepziorik». Nire guruaren erantzuna poliki eta soilki etorri zen. «Hobe da jakinduria gauza errealistak dituen gizon batengandik bilatzea mendi geldia batetik baino».

Maisuak berak, eta ez muino bat, nire irakaslea zela esan zuen iradokizun argia alde batera utzita, nire erregua errepikatu nuen. Sri Yukteswarrek ez zuen erantzunik eman. Bere isiltasuna baiezkoa bezala hartu nuen, norberaren erosotasunean erraz onartzen den interpretazio ezegonkorra.

Arratsalde hartan, Kalkutako nire etxean, bidaia prestatzen aritu nintzen. Manta baten barruan gauza batzuk lotzen nituen bitartean, antzeko sorta bat gogoratu nuen, urte batzuk lehenago ganbaratik isilpean erori zitzaidana. Himalaiara egindako beste hegaldi zorigaiztoko bat izango ote zen galdetu nion neure buruari. Lehen aldian nire poz espirituala handia izan zen; gaur gauean kontzientziak gogor jotzen zuen nire guria uztea pentsatzeak.

Hurrengo goizean Behari Pundit bilatu nuen, Scottish Church Collegen nire sanskrito irakaslea.

"Jauna, Lahiri Mahasayaren dizipulu handi batekin duzun adiskidetasunaren berri eman didazu. Mesedez, eman iezadazu haren helbidea."

"Ram Gopal Muzumdar esan nahi duzu. Nik 'lo gabeko santua' deitzen diot. Beti dago esna, kontzientzia extatiko batean. Bere etxea Ranbajpurren dago, Tarakeswar ondoan."

Ni eskerrak eman hau aditu, eta arrastaka berehala -rako Tarakeswar. Ni espero ra isiltasuna Nire zalantzak "santu logabeari" baimena eskatuz Himalaiako meditazio bakartian murgiltzeko baimena lortu nuen. Behariren lagunak, entzun nuenez, argitasuna jaso zuen *Kriya Yoga urte askotan* kobazulo isolatueta praktikatutako ondoren.

Tarakeswarren santutegi ospetsu batera hurbildu nintzen. Hinduek katolikoek Frantziako Lourdesko santutegiari dioten begirune berarekin hartzen dute. Sendatze-mirari ugari gertatu dira Tarakeswarren, tartean nire familiako kide batentzat.

«Astebetez eserita egon nintzen han tenpluan», esan zidan behin nire izeba zaharrenak. «Baraualdi osoa eginez, zure Sarada osaba gaixotasun kroniko batetik

sendatzeko otoitz egin nuen. Zazpigarren egunean belar bat aurkitu nuen eskuan materializatuta! Hostoekin infusio bat egin nuen, eta zure osabari eman nion. Bere...» Gaixotasuna bat-batean desagertu zen, eta ez da berriro agertu".

Tarakeswar santutegi sakratuan sartu nintzen; aldareak harri biribil bat besterik ez du. Bere zirkunferentziak, hasierarik eta amaierarik gabeak, Infinituaren esanahi egokia ematen dio. Kosmikoa

abstrakzioak ez dira arrotzak Indiako nekazari xumeenarentzat ere; izan ere, mendebaldekoek abstrakzioez bizitzeaz akusatu dute!

Une hartan nire aldarte hain zen austera, ezen ez nuen gogorik harrizko sinboloaren aurrean makurtzeko. Jainkoa ariman bakarrik bilatu behar dela pentsatu nuen.

Belaunikatu gabe irten nintzen tenplutik eta bizkor abiatu nintzen Ranbajpur herrixka bazterrerantz. Bidean zegoen bati gidaritza eskatu nionean, hausnarketa luzeetan murgildu zen.

"Noiz zu etorri ra bat bidegurutzea, bira eskuin eta gorde joango da," bera azkenean nabarmenagoa orakuluan.

Jarraibideei jarraituz, kanal baten ertzetik joan nintzen. Iluntasuna erori zen; oihaneko herrikkaren kanpoaldea ipurtargi keinukariez eta inguruko txakalen uluez beteta zegoen. Ilargiaren argia ahulegia zen lasaitasuna emateko; bi orduz ibili nintzen estropezuka.

Ongi etorri behi-kanpaiaren hotsa! Nire oihu errepikatuek azkenean nekazari

bat ekarri zuten nire ondora. "Ram Gopal Babu bilatzen ari naiz."

«Ez da horrelakorik bizi gure herrian». Gizonaren tonua zakarra zen.

«Ziurrenik detektibe gezurtia zara».

Bere buru politikoki nahasitik susmoak uxatzeko asmoz, nire egoera hunkigarriki azaldu nion. Bere etxera eraman ninduen eta harrera atsegina egin zidan.

«Ranbajpur hemendik urrun dago», esan zuen. «Bidegurutzean, ezkerrera biratu behar zenuen, ez eskuinera».

Nire aurreko informatzailea, triste pentsatu nuen, mehatxu nabarmena zen bidaiarientzat. Arroz lodi, dilista- *dal* eta banana gordinekin egindako patata curry otordu goxo baten ondoren, patioaren ondoko txabola txiki batera erretiratu nintzen. Urrunean, herritarrak *mridangen laguntza ozenarekin abesten ari ziren* ¹³⁻
¹ eta txindatak. Gau hartan ez nuen askorik lo egin; sakon otoitz egin nuen Ram Gopal yogi sekretuarengana bideratzeko.

Egunsentiaren lehen izpiak nire gela ilunaren arrailduretatik sartu zirenean, Ranbajpurrerantz abiatu nintzen. Arroz-soro malkartsuak zeharkatuz, landare arantzatsuaren enbor kizkurren eta buztin lehorreko piloen gainetik ibili nintzen. Noizean behin topatzen nuen nekazari batek esaten zidan, beti, nire helmuga " *krosha bat* (bi milia) besterik ez" zela. Sei ordutan eguzkia garaile joan zen horizontetik meridianora, baina sentitzen hasi nintzen Ranbajpurretik *krosha bat*

besterik ez nuela izango .

Arratsalde erdian nire mundua oraindik arroz-soro amaigabe bat zen. Zerutik isurtzen zen beroak ia kolapsatzera eramaten ninduen. Gizon bat lasai hurbiltzen ari zenean, ia ez nintzen ausartu ohiko galdera egiten, monotonoa ote zen beldurrez: " *Krosha bat besterik ez* ".

The ezezagun geldituta ondoan ni. Laburra eta arina, bera zen fisikoki ikusgarritasunik gabekoa gorde -rako bat

aparteko bikotea -ren zulatze ilun begiak.

«Ranbajpurretik alde egiteko asmoa nuen, baina zure asmoa ona zen, beraz, zure zain egon nintzen». Harritutako aurpegian hatza astindu zuen. «Ez al zara azkarra pentsatzean, abisurik gabe, niri eraso diezaiokezula? Behari irakasle horrek ez zuen nire helbidea emateko eskubiderik».

Maisu honen aurrean nire burua aurkeztea hitz-jario hutsa izango zela pentsatuz, hitzik gabe geratu nintzen, nire harrerak minduta samar. Bere hurrengo oharra bat-batean egin zuen.

"Esan ni; non egin zu pentsatu Jainkoa da?"

"Zergatik, Bera da barruan ni eta nonahi". Ni zalantzarik gabe begiratu bezala nahastuta bezala Ni sentitu.

«Dena hedatzen duena, ezta?» Santuak barre egin zuen. «Orduan, jaun gaztea, zergatik ez zenuen atzo Tarakeswar tenpluko harrizko sinboloan dagoen Infinituaren aurrean makurtu? **13-2** Zure harrotasunak eragin zizun ezker eta eskuinaren arteko bereizketa finei erreparatzen ez zien oinezko batek gaizki bideratua izatearen zigorra. Gaur ere, nahiko garai deserosoa izan duzu!

Bihotzez baiezkkoa eman nion, harrituta nengoen aurrean nuen gorputz arruntaren barruan begi orojakile bat ezkutatuta ikustean. Sendatzeko indarra yogiarengandik zetorren; berehala freskatu nintzen eremu erretzaile hartan.

«Debotoak Jainkoarenganako bidea dela bide bakarra pentsatzera jotzen du», esan zuen. «Yoga, zeinaren bidez jainkotasuna aurkitzen den barruan, zalantzarik gabe biderik gorena da: horrela esan digu Lahiri Mahasayak. Baina Jauna barruan aurkituz, laster hautematen dugu kanpoan. Tarakeswar-eko eta beste leku batzuetako santutegi santuak botere espiritualaren gune nuklear gisa gurtzen dira arrazoiz».

Santuaren jarrera zentsuratzailea desagertu egin zen; bere begiak errukitsuki leun bihurtu ziren. Sorbaldan laztandu ninduen.

«Yogi gaztea, ikusten dut zure maisuarengandik ihesi zoazela. Behar duzun guztia dauka; harengana itzuli behar duzu. Mendiak ezin dira zure guru izan». Ram Gopal pentsamendu bera errepikatzen ari zen. Sri Yukteswarrek gure azken bileran adierazi zuena.

«Maisuek ez dute inolako behar kosmikorik beren bizilekua mugatzeko». Nire lagunak begirada bitxia bota zidan. «Indiako eta Tibeteko Himalaiak ez dute santuen gaineko monopoliorik. Barruan aurkitzen ez dena ez da aurkituko gorputza hara eta hona eramanez. Debotoa lurraren muturreraino ere argitasun espirituala lortzeko

prest dagoenean, bere gurua agertzen da gertu».

Isil-isilik baiezkoa eman nuen, Benaresko ermitan egindako otoitza gogoratuz, eta ondoren Sri Yukteswarrekin jendez gainezka zegoen kale batean izandako bilera.

"Zare zu gai ra izan bat txiki gela non zu ahal itxi hau atea eta izan bakarrik?"

«Bai.» Santu hau orokorretik partikularrera abiadura harrigarrian jaisten zela pentsatu nuen.

«Hori da zure kobazuloa». Yogiak inoiz ahaztu ez dudana begirada argitsu bat eskaini zidan. «Hori da zure mendi sakratua. Han aurkituko duzu Jainkoaren erreinua».

Bere hitz soilek berehala uxatu zuten Himalaiarekiko nuen bizitza osoko obsesioa. Arroz-soro erretzen ari zen batean esnatu nintzen betiko elurren amets menditsuetatik.

«Jaun gaztea, zure jainkozko egarria txalogarria da. Maitasun handia sentitzen dut zureganako». Ram Gopalek eskua hartu eta herrixka xarmagarri batera eramanez ninduen. Adobezko etxeak koko hostoz estalita zeuden eta sarrera rustikoekin apainduta.

Santuak bere etxola txikiko banbuzko plataforma itzaltsuan eseri ninduen. Limoi zukua eta harri-karamelu zati bat eman ondoren, bere patiora sartu eta loto jarrera hartu zuen. Lau ordu inguru igaro ondoren, begi meditatiboak ireki eta yogiaren ilargi argizatutako irudia geldirik zegoela ikusi nuen. Gizakia ez dela ogiz bakarrik bizi sabelari gogorarazten ari nintzela, Ram Gopal hurbildu zitzaidan.

"Nik ikusi zu diragoseak jota; janaria borondatea izan prest laster."

Sua piztu zuten patioko buztinezko labe baten azpian; arroza eta *dhal* azkar zerbitzatu zituzten bananen hosto handietan. Nire ostalariak adeitasunez uko egin zidan sukaldaritza lan guztietan laguntzeari. "Gonbidatua Jainkoa da", hindu esaera zahar batek, deboziozko errespetua agindu du antzinatek. Geroago munduan egin nituen bidaietan, liluratuta geratu nintzen ikustean bisitariekiko errespetu bera agertzen dela herrialde askotan landa eremuetan. Hiriko biztanleak ostatuaren zorrotasuna aurpegi ezezagunen gehiegizko ugaritasunak lausotzen du.

Gizonen merkatuak ia ilunak ziruditen yogiaren ondoan oihaneko herrixka txikiaren isolamenduan okupatuta nengoela. Etxolako gela misteriotsu bat zen, argi leun batekin. Ram Gopalek manta urratuak jarri zituen lurrean nire oherako, eta lastozko esterilla batean eseri zen. Bere magnetismo espiritualak txundituta, eskaera bat egitera ausartu nintzen.

"Jauna, zergatik ez egin zu diru-laguntza ni bat *samadhi*?"

«Maitea, pozik emango nuke jainkozko kontaktua, baina ez dagokida hori egiteko nire esku». Santuak begi erdi itxiekin begiratu zidan. «Zure maisuak laster emango dizu esperientzia hori. Zure gorputza oraindik ez dago sintonizatuta. Lanpara txiki batek tentsio elektriko gehiegi jasan ezin duen bezala, zure nerbioek ere...» Ez zaude prest korrante kosmikorako. Oraintxe bertan eman banizu extasi infinitua, erre egingo zinateke zelula guztiak sutan baleude.

«Argitasuna eskatzen ari zara niri», jarraitu zuen yogiak hausnarkor, «ni, berriz, — kontugabea izan arren eta egin dudan meditazio apurrarekin— galdetzen ari naizen bitartean ea Jainkoa atsegin izatea lortu dudan, eta zer balio aurki dezakedan haren begietan azken kontua ematean».

"Jauna, izan zu ez izan bihotz-bihotzez bilatzen Jainkoa -rako bat luze denbora?"

"Ez dut gauza handirik egin. Behari-k nire bizitzari buruzko zerbait kontatu dizu ziur aski. Hogei urtez kobazulo sekretu batean bizi izan nintzen, egunean hemezortzi orduz meditatuz. Gero, kobazulo iristezinago batera joan nintzen eta hogeita bost urtez egon nintzen han, egunero hogeia orduz yoga batasunean sartuz. Nik..." Ez nuen lorik behar, beti Jainkoarekin nengoelako. Nire gorputza superkontzientziaren lasaitasun osoan atsedean gehiago zuen subkontziente egoera arruntaren bake partzialak baino.

"Giharrak erlaxatzen dira loaldian, baina bihotza, birikak eta zirkulazio-sistema etengabe lanean ari dira; ez dute atsedetik hartzen. Superkontzientzian, barne-organoak animazio eten batean geratzen dira, energia kosmikoak elektrifikatuta. Horrela, urteetan ez dut beharrezkoa izan lo egitea. Iritsiko da zuk ere lo egitea alde batera utziko duzun garaia."

«Ene Jainkoa, hainbeste denbora meditatu duzu eta hala ere ez zaude ziur Jaunaren faboreaz!», harriduraz begiratu nion. «Eta orduan, gu, gizaki pobreok, zer gertatzen da?»

"Beno, ez al duzu ikusten, mutiko maitea, Jainkoa Betikotasuna bera dela? Berrogeita bost urteko meditazioaren bidez guztiz ezagutu daitekeela pentsatzea itxaropen absurdoa da. Babajik ziurtatzen digu, ordea, meditazio apur batek ere heriotzaren eta heriotzaren ondorengo egoeren beldur izugarritik salbatzen gaituela. Ez finkatu zure ideal espiritualak mendi txiki batean, baizik eta lotu jainkoen lorpen kualifikatugabearen izarrari. Gogor lan egiten baduzu, hara iritsiko zara."

Perspektibak liluratuta, hitz argigarri gehiago eskatu nizekion. Lahiri Mahasayaren guruarekin, Babajirekin, izan zuen lehen topaketaren istorio zoragarria kontatu zidan. **13-3** Gauerdia aldera Ram Gopal isiltasunean murgildu zen, eta ni manta gainean etzan nintzen. Begiak itxi nituenean, tximistak ikusi nituen; nire barneko espazio zabala argi urtuaren ganbera bat zen. Begiak ireki eta distira itsugarri bera ikusi nuen. Gela barne-ikuspegiarekin ikusten nuen ganga infinitu horren parte bihurtu zen.

"Zergatik ez egin zu joan ra lo egin?"

"Jauna, nola ahal Ni lo barruan hau presentzia -ren tximista, sutan ea nire begiak dira itxi edo irekita?"

«Bedeinkatua zara esperientzia hau izateagatik; erradiazio espiritualak ez dira erraz ikusten». Santuak maitasun hitz batzuk gehitu zituen.

Egunsentian Ram Gopalek gozoki harritsuak eman zizkidan eta alde egin behar

nuela esan zidan. Agur esateko hainbesteko erreparoa izan nuen, ezen malkoak isuri zitzaizkidan masailetatik behera.

"Nik borondatea ez utzi zu joan esku hutsik." The yogi hitz egin zuen samurki. "Nik borondatea egin zerbait -rako zu."

Irribarre egin eta tinko begiratu zidan. Lurrera errotuta geratu nintzen, bakea uholde handi bat bezala sartzen zitzaidan begietako ateetatik. Berehala sendatu nintzen bizkarreko min batetik, urteetan zehar tarteka kezkatzen ninduen. Berrituta, poztasun argitsuaren itsaso batean bainatuta, ez nuen gehiago negar egin. Santuaren oinak ukitu ondoren, oihanean sartu nintzen, bere tropikaletan zehar bidea eginez.

korapilo arte Ni iritsi Tarakeswar.

Han bigarren erromesaldi bat egin nuen santutegi ospetsura, eta aldarearen aurrean erabat ahuspeztu nintzen. Harri biribila handitu egin zen nire barne-ikuspegiaren aurrean, esfera kosmiko bihurtu arte, eraztun bat eraztunaren barruan, zona batetik bestera, guztiak jainkotasunez hornituta.

Ordubete geroago pozik hartu nuen trena Kalkutara joateko. Nire bidaiak ez ziren mendi garaietan amaitu, baizik eta nire Maisuaren Himalaiako presentzian.

.....
13-1 : Eskuz jotakoa danborrak, erabilia bakarrik -rako deboziozko musika.

13-2 : Bat da gogorarazi hemen -ren Dostoievskiren behaketa: "A gizona MOE arkuak behera ra ezer ez ahal inoiz ez hartz hau bere buruaren zama».

13-3 : Ikusi kapitulua 35.

KAPITULUA: 14

Bat Esperientzia Barruan Kosmikoa Kontzientzia

"Nik naiz hemen, Guruji." Nire lotsa hitz egin zuen gehiago elokuenteki -rako ni.

«Goazen sukaldera eta bila dezagun zerbait jateko». Sri Yukteswarren jarrera naturala zen, orduak eta ez egunak banandu izan balira bezala.

"Maisu, hemengo nire eginkizunetatik bat-batean alde egiteak etsita utzi zaitut; uste nuen nirekin haserretuko zinela."

"Ez, noski ezetz! Haserrea zapuztutako desioetatik bakarrik sortzen da. Ez dut ezer espero besteengandik, beraz, haien ekintzak ezin dira nire nahien aurkakoak izan. Ez zaitut nire helburuetarako erabiliko; zure benetako zoriontasunean bakarrik naiz zoriontsu."

"Jauna, jainkozko maitasunaz modu lausoan entzuten da, baina lehen aldiz adibide zehatz bat daukat zure aingeru-nian! Munduan, aitak ere ez dio erraz barkatzen semeari gurasoen negozioa abisurik gabe uzten badu. Baina ez duzu inolako haserrerik erakusten, nahiz eta..." atzean utzi ditudan amaitu gabeko zeregin

askok eragozpen handiak sortu dizkirate."

Elkarri begiratu genion begietara, malkoak distiratsu zeuden lekuan. Zoriontasun olatu batek irentsi ninduen; kontziente nintzen Jaunak, nire guruaren itxuran, nire bihotzeko sukar txikiak zabaltzen ari zela maitasun kosmikoaren irismen konprimaezinetara.

Goiz batzuk geroago, Maisuaren egongela hutsera joan nintzen. Meditatzeko asmoa nuen, baina nire helburu laudagarria ez zen pentsamendu desobedienteekin partekatu. Ehiztariaren aurrean txoriak bezala sakabanatu ziren .

"Mukunda!" Sri Yukteswarren ahotsa soinua -tik bat urrun barneko balkoi.

Nire pentsamenduak bezain errebelde sentitu nintzen. «Maisuak beti animatzen nau meditatzeraz», marmarratu nion neure buruari. «Ez luke molestatu behar bere gelara zergatik etorri naizen badakienean».

Berriro deitu ninduen; temati isildu nintzen. Hirugarren aldian, bere tonuak

errieta egin zuen. «Jauna, meditatzen ari naiz», oihu egin nuen protestan.

«Badakit nola meditatzen ari zaren», oihu egin zuen nire guruak, «zure adimena ekaitz bateko hostoak bezala banatuta duzula! Zatoz hona niregana».

Mespretxatua eta agerian, Ni egina nire bidea zoritxarrez ra bere alboan.

«Mutil gajoa, mendiek ezin izan dizute eman nahi zenuena». Maisuak laztan eta lasaitasunez hitz egin zuen. Bere begirada lasaia ulertezina zen. «Zure bihotzaren nahia beteko da».

Sri Yukteswar gutxitan sartzen zen igarkizunetan; nahastuta nengoen. Bularrean astiro jo zuen bihotzaren gainean.

Nire gorputza sustrai mugiezinak bihurtu ziren; arnasa biriketarik ateratzen zen iman erraldoi batek bezala. Arimak eta adimenak berehala galdu zuten beren lotura fisikoa, eta argi-jario bat bezala ateratzen ziren nire poro guztietatik. Haragia hilda balego bezala zegoen, baina nire kontzientzia bizian banekien inoiz ez nintzela guztiz bizirik egon. Nire identitate-zentzua ez zegoen jada gorputz batera mugatuta, inguruko atomoak besarkatzen zituen baizik. Kale urrunetan jendea astiro mugitzen ari zela zirudien nire periferia urrunean. Landareen eta zuhaitzen sustraiak agertzen ziren... lurzoruaren gardentasun ilun bat; haien izerdiaren barne-jarioa antzeman nuen.

Inguru osoa biluzik zegoen nire aurrean. Nire ohiko aurrealdeko ikusmena orain ikuspegi esferiko zabal bihurtu zen, aldi berean guztiz pertzeptiboa. Buruaren atzealdetik Rai Ghat errepidetik behera paseatzen ari ziren gizonak ikusi nituen, eta baita behi zuri bat ere, lasai hurbiltzen ari zena. Ashram ate irekiaren aurreko

espaziora iritsi zenean, nire bi begi fisikoekin behatu nuen. Adreiluzko hormaren atzetik igarotzean, argi eta garbi ikusi nuen geldirik.

Nire begirada panoramikoaren barruan zeuden objektu guztiak dardarka eta bibratzen ari ziren, mugimendu azkarreko irudiak bezala. Nire gorputza, Nagusiarena, zutabedun patioa, altzariak eta zorua, zuhaitzak eta eguzki-argia, noizean behin bortizki astintzen ziren, dena itsaso distiratsu batean urtu arte; azukre kristalak bezala, botata...

ur edalontzi batean sartu, astindu ondoren disolbatu. Argi bateratzailea formaren materializazioekin txandakatzen zen, metamorfosiek sorkuntzan kausa-efektu legea agerian utziz.

Ozeanoko poz bat lehertu zen nire arimaren lasaitasun amaigabeko kostaldeetan. Jainkoaren Espiritua, konturatu nintzen, Zoriontasun agortezina da; Bere gorputza argizko ehun amaigabeak dira. Barruan handitzen hasi zen aintza bat. herriak, kontinenteak, lurra, eguzki- eta izar-sistemak, nebulosa meheak eta unibertso flotatzaileak inguratzen zituzten. Kosmos osoa, leunki argitsua, gauez urrun ikusten den hiri bat bezala, nire izatearen infinitutasunean distiratzten zuen. Munduko eskema zorrotz grabatuak apur bat lausotzen ziren ertz urrunenetan; han distira leun bat ikus nezakeen, beti gutxitu gabea. Deskribaezin sotila zen; irudi planetarioak argi lodiago batez osatuta zeuden.

Jainkozko izpien barreiadura Iturri Betiereko batetik isuri zen, galaxietan distira eginez, aura esanezinekin eraldatua. Behin eta berriz ikusi nituen sormen-izpiak konstelazioetan trinkotzen, eta gero sugar garden geruzatan desegiten. Itzulera erritmiko bidez, sextiloi mundu distira diafanora igaro ziren; sua zeru bihurtu zen.

Enpireoaren erdigunea nire bihotzeko pertzepzio intuitiboko puntu gisa ezagutu nuen. Nire nukleotik distira irradiatzen zen egitura unibertsalaren atal guztietara. *Amrita zoriontsua*, hilezkortasunaren nektarra, urtzilaren antzeko jariakortasunez taupadatzen ninduen. Jainkoaren ahots sortzailea... *Aum* bezala oihartzuna entzun nuen, **14-1** Motor Kosmikoaren bibrazioa.

Bat-batean arnasa itzuli zitzaidan biriketara. Ia jasanezina zen etsipen batekin, konturatu nintzen nire infinitutasun izugarria galdu zela. Berriro ere gorputz baten kaiola umiliagarria mugatuta nengoen, Izpirituarentzat erraz egokitzen ez zena. Seme galdu baten antzera, nire makrokosmoseko etxetik ihesi joan nintzen eta mikrokosmos estu batean espetxeratu nuen neure burua.

Nire gurua geldirik zegoen nire aurrean; esker onez, haren oin santuetan erortzen hasi nintzen, aspalditik sutsuki bilatzen nuen kontzientzia kosmikoan lortutako esperientziagatik. Zutik eutsi zidan, eta lasai eta itxurakeriarik gabe hitz egin zidan.

"Ez zara extasiaz gehiegi mozkortu behar. Lan asko duzu oraindik munduan egiteko. Zatoz; balkoiko zorua garbitu dezagun; gero Ganges ibaiaren ondotik ibiliko gara."

Erratza hartu nuen; Maisuak, banekien, bizitza orekatuaren sekretua irakasten ari zitzaidan. Arimak amildegi kosmogonikoen gainetik hedatu behar du, gorputzak bere eguneroko eginkizunak betetzen dituen bitartean. Geroago paseatzera abiatu ginenean, oraindik lilura izugarri batean murgilduta nengoen. Gure gorputzak bi irudi astral bezala ikusten nituen, ibaiertzeko errepede batean zehar mugitzen, zeinaren funtsa argi hutsa zen.

"Jainkoaren Espiritua da unibertsoko forma eta indar guztiak aktiboki eusten dituen; hala ere, transzendentala eta urrun dago fenomeno bibrazionalen munduetatik haratago dagoen hutsune zoriontsu eta sortu gabea", **14-2** Maisuak azaldu zuen. "Haragizko bizitzan daudenean ere jainkotasunaz jabetzen diren santuak antzeko existentzia bikoitza ezagutzen dute. Lurreko lanean kontzientziaz aritzen diren bitartean, barneko zoriontasunean murgilduta jarraitzen dute. Jaunak gizaki guztiak sortu ditu bere izatearen poz mugagabetik. Gorputzak mingarri estutzen baditu ere, Jainkoak espero du bere irudian egindako arimak azkenean zentzumen-identifikazio guztien gainetik altxatzea eta berarekin berriro elkartzea.

Ikuspegi kosmikoak irakaspen iraunkor asko utzi zizkidan. Egunero nire pentsamenduak baretuz, nire gorputza haragi eta hezur masa bat zelako uste engainagarritik askatu nintekeen, materiaren lur gogorra zeharkatzen zuena. Arnasa eta gogo urduria, ikusi nuen, argiaren ozeanoa forma materialen uhinetan astintzen zuten ekaitzak bezalakoak ziren: lurra, zerua, gizakiak, animaliak, hegaztiak, zuhaitzak. Infinitua Argi Bakarra bezala hautematea ezinezkoa zen ekaitz horiek baretuz gero. Isiltzen nuen bakoitzean... Bi iskanbila naturalen artean, sorkuntzaren olatu ugari itsaso distiratsu bakarrean urtzen ikusi nituen, ozeanoko olatuak, ekaitzak baretuz, lasai-lasai batasunean desegiten diren bezala.

Maisu batek kontzientzia kosmikoaren jainkozko esperientzia ematen du bere dizipuluak, meditazioaren bidez, bere adimena indartu duenean ikuspegi zabalek gainezka ez egiteko punturaino. Esperientzia ezin da inoiz eman norberaren borondate intelektual edo adimen irekiaren bidez soilik. Yoga praktikaren eta deboziozko *bhaktiaren bidezko handitze egokiak bakarrik* prestatu dezake adimena... omnipresentziak sortzen duen askatzaile-kolpea xurgatu. Deboto zintzoarentzat saihestezin naturala da. Bere irrika bizia Jainkoa erakartzen hasten da indar eutsiezin batekin. Jauna, Ikuspegi Kosmiko gisa, bilatzailearen grina magnetikoak erakartzen du bere kontzientzia-eremuan.

Nire azken urteetan, honako poema hau idatzi nuen, "Samadhi", bere egoera kosmikoaren aintza helarazten saiatuz:

Argi eta itzalen beloak desagertu
ziren, atsekabearen lurrun oro kendu
zen,

Poztasun iheskorren egunsenti guztiak
alde egin zuten, zentzumen-miraje
lausoa joan zen.

Maitasuna, gorrotoa, osasuna, gaixotasuna, bizitza, heriotza,
Hil zen hauek faltsua itzalak piztuta hau pantaila -ren dualtasuna.
Barre-olatuak, sarkasmoaren eszilak, zurrumbilo malenkonikoak,
zoriontasunaren itsaso zabalean urtzen.

The ekaitza -ren *maia* geldirik

Egilea: magia makila -ren intuizioa sakon.

Unibertsoa, amets ahaztua, inkontzienteki ezkutatzen da,
nire oroimen jainkotiar esnatu berria inbaditzeko prest.

Itzal kosmikorik gabe bizi naiz,
baina ez dago nirekin gabe;

Itsasoa olaturik gabe existitzen den
bezala, baina itsasorik gabe ez dute
arnasa hartzen.

turia sakoneko egoerak loa, oraina, iragana,
etorkizuna, ez gehiago niretzat,
Baina beti presente, dena isurtzen duen ni, ni,
nonahi. Planetak, izarrak, izar hautsa, lurra,
Apokalipsiaren kataklismo bolkanikoen
eztandak, Sorkuntzaren moldaketa-labea,
Glaziarrek -ren isila erradiografiak, erretzen elektroi uholdeak,

Gizon guztien pentsamenduak, iraganekoak,
oraingoak, etorkizunekoak, belar xerra
bakoitza, neure burua, gizateria,
Bakoitza partikula -ren unibertsala hautsa,
Haserrea, gutizia, ona, txarra,
salbazioa, lizunkeria, irentsi egin nuen,
dena eraldatu nuen
Nire Izaki bakar baten odol ozeano zabal
batean! Poztasun ketsua, meditazioak askotan
puztuta Nire begi negartsuak itsutzen dituen,
Zoriontasun-gar hilezkorretan
lehertu, Nire malkoak, nire
gorputza, nire guztia kontsumitu
zituen. Zu zara ni, ni Zu naiz,
Jakiteak, Jakituna, Ezaguna, bezala Bat!
Lasaitasuna, zirrara etengabea, betiko bizia, betiko bake berria!
Itxaropenaren irudimenaren gainetik gozagarria, *samadhi*. zoriona!
Ez bat inkontziente estatu
Edo kloroformo mentala nahita itzultzen ez
bada, *Samadhi* baina nire kontzientzia-
eremua hilkorren egituraren mugetatik
haratago hedatzen du
Betikotasunaren mugarik
urrunenera, non ni, Itsaso
Kosmikoa,
Ikusi hau txiki ego flotatzen barruan Ni.
Txolarreak, hare ale bakoitza, ez dira erortzen Nire begien
bistatik gabe. Espazio guztia izotz mendi baten antzera
flotatzen da Nire itsaso mentalean.
Izugarria Edukiontzia, Ni, -ren guztiak gauzak egina.
Meditazio sakonago, luzeago, egarritsu eta guruak
emandakoaren bidez dator zeruko *samadhi hau* .
Mugikorra murmurak -ren atomoak dira entzun,
Lur iluna, mendiak, haranak, hara! urtutako likidoa!
Itsaso jariakorrak nebulosen lurrin bihurtzen dira!
Aum lurrinen gainean putz egiten du, miragarriro beren
beloak irekiz, ozeanoak agerian daude, elektroik
distiratsuak,
Harik eta, danbor kosmikoaren azken
soinuarekin, argi lodienak betiko izpietan
desagerrarazi arte, zoriontasun oroz
gaindikoan.
Poztasunetik etorri nintzen, pozerako bizi naiz, poz
sokratuan urtzen naiz. Gogoaren ozeanoa, sorkuntzaren

olatu guztiak edaten ditut.

Lau belo solido, likido, lurrun eta argi,
altxatu zuzen.

Neu neu, barruan dena, sartzen da hau Bikaina Neu neu.

Betiko joan dira, hilkorren oroitzapenen itzal aldakor eta
dardartiak. Orbanik gabe dago nire zeru mentala, behean,
aurrean eta goian.

Betikotasuna eta ni, izpi batu
bat. Barre-burbuila txiki bat,
ni

Goizeko bihurtu hau Itsasoa -ren Alaitasuna Bera.

Sri Yukteswarrek irakatsi zidan nola deitu esperientzia bedeinkatua nahi duzunean, eta baita nola transmititu besteei ere, haien kanal intuitiboak garatuta baziren. Hilabetez sartu nintzen batasun extatikoan, ulertuz zergatik dioten *Upanishad-ek* Jainkoa *rasa dela* , "gozagarriena". Egun batean, ordea, arazo bat eraman nion Maisuari.

"Jakin nahi dut, jauna, noiz aurkituko

dut Jainkoa?" "Aurkitu duzu."

"Oi" ez, jauna, Ni ez egin pentsatu beraz!"

Nire gurua irribarrez ari zen. "Ziur nago ez duzula espero kosmosaren txoko antiseptiko batean tronu bat apaintzen duen Pertsonaia agurgarri bat! Ikusten dut, ordea, jabetza hori imajinatzen ari zarela..." botere miragarrien artean Jainkoaren ezagutza dago. Unibertso osoa izan liteke, eta Jauna oraindik ere iheskorra aurki dezakezu! Aurrerapen espiritualak ez da norberaren kanpoko botereen arabera neurtzen, baizik eta bere zoriontasunaren sakontasuna meditazioan.

" *Beti Berria den Poza Jainkoa da* . Agortezina da; urteetan zehar zure meditazioak jarraitzen dituzun heinean, asmamen infinitu batekin liluratuko zaitu. Jainkoarenganako bidea aurkitu duten zu bezalako debotoek ez dute inoiz amesten beste zoriontasun batekin trukatzeari; lehia pentsatzeaz haratago erakargarria da. "

"Zein azkar nekatzen garen lurreko plazerrez! Gauza materialen irrika amaigabea da; gizakia ez dago inoiz guztiz asebeteta, eta helburu bat besteari atzetik jarraitzen du. Bilatzen duen 'beste zerbait' Jauna da, eta hark bakarrik eman diezaioke poz iraunkorra."

"Kanpoko irriek barneko Edenetik kanporatzen gaituzte; arimaren zoriontasuna baino ez dutenak irudikatzen dituzten plazer faltsuak eskaintzen dituzte. Galdutako paradisua azkar berreskuratzen da jainkoen meditazioaren bidez. Jainkoa aurreikusi gabeko Betiko Berritasuna denez, ez gara inoiz nekatzen Hartaz. Zoriontasunez ase gaitezke, betikotasunean zehar atsegin handiz aldatuta?"

"Orain ulertzen dut, jauna, zergatik deitzen dioten santuek Jaunari ulertezina. Betiko bizitzak ere ez luke nahikoa izango hura ebaluatzeko."

Kriya Yogak zentzumen-oztopoetatik adimena garbitu ondoren , meditazioak Jainkoaren frogak bikoitza eskaintzen du. Beti pozez berria da haren existentziaren frogak, gure atomoentzat konbentzigarria. Gainera, meditazioan aurkitzen da haren berehalako gidaritza, zailtasun guztiei ematen dien erantzun egokia."

«Ulertzen dut, Guruji; nire arazoa konpondu duzu». Esker onez irribarre egin nuen. «Orain konturatzen naiz Jainkoa aurkitu dudala, meditazioaren poza inkontzienteki itzuli zaidalako nire ordu aktiboetan, sotilki gidatu naute guztian bide egokia hartzera, baita xehetasunetan ere».

"Giza bizitza atsekabeaz josita dago Jainkozko Nahiarekin nola sintonizatu jakin arte, zeinaren 'bide zuzena' askotan adimen egoistarentzat nahasgarria baita. Jainkoak kosmosaren zama darama; berak bakarrik eman dezake aholku hutsegiterik gabekoa."

.....
14-1 : "Barruan hau hasiera zen hau Hitza, eta hau Hitza zen -rekin Jainkoa, eta hau Hitza zen Jainkoa." - *Joan* 1:1.

14-2 : "Hau da hau Aita epaitzen du ez gizona, baina dauka konpromisoa hartu guztiak epaia arte hau Semea." - *John* 5:22. "Ez gizona dauka Jainkoa ikusi -n edozein denbora; hau bakarrik sortua Semea, zein da barruan hau bularra -ren hau Aita, bera dauka deklaratu bera." - *John* 1:18. "Egiaz, egiaz, Ni esan arte zu, bera hori sinesten du piztuta ni, hau lanak hori Ni egin izango da bera egin baita ere; eta handiagoa lanak baino hauek egingo du; zeren ni Aitarengana noa». - *Joan* 14:12. «Baina Konsolatzaileak, hau da, Espiritu Santuak, Aitak nire izenean bidaliko duena, gauza guztiak irakatsiko dizkizue, eta esan dizuedan guztia gogoraziko dizue». - *Joan* 14:26.

Bibliako hitz hauek Jainkoaren hirukoitzasuni egiten diote erreferentzia: Aita, Seme eta Espiritu Santua (*Sat* , *Tat* , *Aum* hindu idazkietan). Jainkoa hau Aita da hau Absolutua, Agertu gabea, dauden *haratago* bibraziozko sorkuntza. Jainkoa hau Semea da hau Kristoren Kontzientzia (Brahma edo *Kutastha Chaitanya*) dauden *barruan* bibraziozko sorkuntza; hau Kristo Kontzientzia da hau "Sortu Gabeko Infinituaren" edo isla bakarra. Bere kanpoko agerpena edo "lekukoa" *Aum* edo Espiritu Santua da, sorkuntza guztia bibrazioaren bidez egituratzen duen jainkozko, sortzaile eta ikusezin boterea. *Aum* , zorioneko .Konsolatzailea, meditazioan entzuten da eta debotoari azken Egia agerian uzten dio

KAPITULUA: 15

The Azalorea Lapurreta

"Maisu, opari bat zuretzat! Sei azalore erraldoi hauek nire eskuekin landatu ditut; haien hazkuntza zaindu dut ama batek bere haurra edoskitzen duen samurtasunarekin". Barazki saskia zeremonia-adierazpen batekin aurkeztu nuen.

«Eskerrik asko!» Sri Yukteswarren irribarrea esker onekoa zen. «Mesedez, gorde itzazu zure gelan; Bihar beharko ditut afari berezi baterako."

15-1era iritsi berria nintzen Nire unibertsitateko udako oporrak nire guruarekin bere itsasertzeko ermitan igarotzeko. Maisuak eta bere dizipuluek eraikia, bi solairuko erretiro txiki alaia Bengalako badiaren aurrean dago.

Hurrengo goizean goiz esnatu nintzen, itsasoko haize gaziak eta inguruko xarmak freskatuta. Sri Yukteswarren ahots melodiosoak deika ari zen; nire azalore maiteei begiratu eta ohe azpian gorde nituen txukun.

"Zatoz, utzi gu joan ra hau hondartza." Maisua buru hau bidea; hainbat gazte dizipuluak eta neure burua jarraitua barruan

bat sakabanatuta taldea. Gure guru inkestatua gu barruan arina kritika.

«Gure mendebaldeko anaiak ibiltzen direnean, normalean bateratasunaz harro daude. Orain, mesedez, bi ilaratan ibili; jarraitu erritmo erritmikoa elkarrekin». Sri Yukteswarrek obeditzen ikusi gintuen; abesten hasi zen: «Mutilak hara eta hona doaz, ilara txiki polit batean». Ezin nuen miresten utzi Maisuak bere ikasle gazteen erritmo bizkorrari eusteko zuen erraztasuna.

"Gelditu!" Nire guruak begiak bilatu nirea. "Ba al zen zu gogoratu ra giltzarrapoa hau atzera atea -ren hau ermita?"



NIRE GURUAK ITSASOKO ERMITAJEA AT PURI

Mundutik bisitarien etengabeko jarioa isurtzen zen ermitaren lasaitasunera. Hainbat gizon jakintsu etorri ziren erlijio ortodoxo batekin topo egiteko itxaropenarekin. Irribarre harroputz batek edo tolerantziazko begirada dibertigarri batek noizean behin salatzen zuen etorri berriek ez zutela ezer espero jainkozaletasun hutsa baino. Hala ere, haien nahigabeko irteerak Sri Yukteswarrek beren ezagutza-arlo espezializatueta ikuspegi zehatza erakutsi zuelako uste sendoa ekarriko zuen.

Nire guruak beti izan zituen dizipulu gazteak bere ermitan. Haien gogoak eta bizitzak zuzentzen zituen "dizipulu" hitza etimologikoki errota dagoen diziplina zaindu horrekin.

"Nik pentsatu beraz, jauna."

Sri Yukteswar isilik egon zen minutu batzuetan, irribarre erdi ezkutatua ezpainenetan. "Ez, ahaztu egin zaizu", esan zuen azkenean. "Jainkozko kontenplazioa ezin da aitzakia izan arduragabekeria materialarentzat. Ashrama babesteko zure

betebeharra alde batera utzi duzu; zigortua izan behar zara".

Ni pentsatu bera zen ilunki txantxetan noiz bera gehituta: "Zure sei azaloreak borondatea laster izan bakarrik bost."

Gu buelta eman inguruan -n Masterra aginduak eta martxa egin zuen atzera arte gu ziren itxi ra hau ermita.

"Atsedeen hartu pixka bat. Mukunda, begiratu gure ezkerreko konposatuaren bestaldera; behatu bidea haratago. Gizon bat iritsiko da laster; bera izango da zure zigorraren bide."

Ulertezinak ziren ohar hauekiko nire haserrea ezkutatu nuen. Laster baserritar bat agertu zen errepidea; modu groteskoan dantzan ari zen eta besoak keinu hutsalekin mugitzen zituen. Ia jakin-minak paralizatuta, ikuskizun barregarri horretan itsatsi nituen begiak. Gizona errepideko puntu batera iritsi zenean, non gure bistatik desagertuko zen, Sri Yukteswarrek esan zuen: "Orain, itzuliko da".

Nekazariak berehala aldatu zuen norabidea eta ashramaren atzealderantz abiatu zen. Lur hareatsu bat zeharkatuz, atzeko atletik sartu zen eraikinera. Ireki gabe utzi nuen, nire guruak esan bezala. Gizona laster agertu zen, nire azalore preziatuetako bat eskuan zuela. Orain, errespetuz zihoan, jabe izatearen duintasunaz hornituta.

Fartsa garatzen ari zena, non nire papera biktima nahasiarena zirudien, ez zen hain kezagarria izan haserre bizian huts egiteko. Bidearen erdian nengoen Maisuak deitu ninduen. Burutik oinetara barreka ari zen.

«Ero gaixo horrek azalore baten irrika izan du», azaldu zuen barre-argara artean. «Ideia ona iruditu zitzaidan zure bat hartzea, hain gaizki zainduta zaude!»

Nire gelara joan nintzen korrika, eta han ikusi nuen lapurrak, barazkiekin obsesionatuta zegoenak, nire urrezko eraztunak, erlojua eta dirua ukitu gabe utzi zituela, dena manta gainean agerian. Horren ordean, ohe azpian sartu zen, non, begi bistatik guztiz ezkutatuta, nire azaloreetako batek bere bihotzeko desira piztu zuen.

Arratsalde hartan Sri Yukteswarri gertakariaren azalpenak eskatu nizkion, eta uste nuenez, ezaugarri nahasgarri batzuk zituen.

Nire guruak burua astiro astindu zuen. "Noizbait ulertuko duzu. Zientziak laster aurkituko ditu lege ezkutu horietako batzuk."

Urte batzuk geroago, iratiaren mirariak mundu harritu batean lehertu zirenean, Maisuaren iragarpena gogoratu nuen. Denbora eta espazioaren kontzeptu zaharrak suntsitu ziren; ez zegoen nekazari etxe hain esturik... Londres edo Kalkuta ezin zirela sartu! Adimen aspergarrienak ere zabaldu egin ziren ukaezinaren aurrean gizakiaren nonahikotasunaren alderdi baten frogak.

The "lursaila" -ren hau azalorea komedia ahal izan onena ulertua egilea bat irratia analogia. Sri Yukteswar irratia perfektu bat zen gizakientzat. Pentsamenduak ez dira eterrean mugitzen diren bibrazio oso leunak baino. Irrati sentikortu batek nahi duen

musika-zenbakia hartzen duen bezala, norabide guztietatik datozen beste milaka programetatik, nire guruak gizon erdi-tontotsuaren pentsamendua harrapatu ahal izan zuen... -rako bat azalorea, kanpoan -ren hau ugari pentsamenduak -ren irrati-emisioa gizaki testamentuak barruan mundua. **15-2** Bere borondate indartsuari esker, Maisua gizakien irrati-estazio bat ere bazen, eta nekazariari urratsak atzera egiteko eta gela jakin batera joateko agindu zion arrakastaz.

azalorea.

Intuizioa **15-3** arimaren gidaritza da, gizakiarengan naturalki agertzen dena bere gogoia lasai dagoen une horietan. Ia denek izan dute azalpenik gabeko "susmo" zuzen baten esperientzia, edo bere pentsamenduak modu eraginkorrean beste pertsona bati transferitu zizkion.

Giza adimenak, ezinegon estatikotik libre, bere antenen bidez jardun dezake Irrati-mekanismo konplexuen funtzio guztiak intuitzea: pentsamenduak bidali eta jasotzea, eta nahi ez direnak baztertzea. Irrati baten potentzia korrante elektrikoaren kantitatearen arabera denez erabil dezake, beraz, giza irratia pertsona bakoitzak duen borondatearen indarraren arabera pizten da .

Pentsamendu guztiak betiko bibratzen dute kosmosean. Kontzentrazio sakonaren bidez, maisu batek edozein gogoren pentsamenduak detektatu ditzake, bizirik edo hilik. Pentsamenduak unibertsalki errotuta daude eta ez banaka; egia ezin da sortu, hauteman baizik. Gizakiaren pentsamendu okerrak bere bereizketan dauden imperfekzioen ondorioz sortzen dira. Yoga zientziaren helburua adimena baretzea da, distortsiorik gabe unibertsoko ikuspegi jainkotiarra islatu dezan.

Irratiak eta telebistak urruneko pertsonen soinu eta ikusmena berehala ekarri dituzte milioika pertsonen sutondoetara: gizakia espiritu oroz gaindikoa dela dioten lehen zantzu zientifiko ahulak. Ez espazioko puntu batera mugatutako gorputz bat, baizik eta arima zabala, egoak modu barbaro gehienetan alferrik estutzeko konspiratzen duena.

«Oso fenomeno arraroak, oso zoragarriak, oso sinesgaitzak diruditenak ager daitezke oraindik, eta behin ezarri ondoren, ez gaituzte harrituko azken mendean zientziak irakatsi digun guztiarekin harritzen gaituen baino gehiago», adierazi du Charles Robert Richet fisiologiako Nobel saridunak. «Orain harritu gabe onartzen ditugun fenomenoek ez dutela gure harridura pizten ulertzen direlako. Baina ez da horrela. Harritzen ez bagaituzte...» Ez da ulertzen direlako, ezagunak direlako baizik; izan ere, ulertzen ez denak harritu behar bagaitu, denak harrituko gintuzke: airera botatuko harri baten erorketa, haritz bihurtzen den ezkurra, berotzean zabaltzen den merkurioa, iman batek erakartzen duen burdina, igurzten denean erretzen den fosforoa.Gaur egungo zientzia... materia arina; ehun mila urte barru biziko dituen iraultza eta bilakaerak aurreikuspen ausartenak gaindituko ditu. Gure ondorengoek aurkituko dituzten egia horiek -harrigarri, harrigarri eta aurreikusi gabeko egia horiek- gure inguruan daude orain, begietara begira, beraz hitz egiteko, eta hala ere ez ditugu ikusten. Baina ez da nahikoa esatea ez ditugula ikusten; ikusten ditugu ez ditugu ikusi nahi; izan ere, ustekabeko eta ezezagun den gertaera bat agertzen den bezain laster, eskuratutako ezagutzaren ohiko lekuen esparruan sartzen saiatzen gara, eta haserre gaude inork esperimentatzen ausartzeaz gehiago".

Gertaera barregarri bat gertatu zen azalore bat hain sinesgaitz lapurtu zidaten egun batzuetara. Kerosenozko lanpara jakin bat ezin izan zen aurkitu. Duela gutxi nire guruaren orojakilea ikusi ondoren... ikuspegia, Ni pentsatu bera egingo nuke erakutsi hori hura zen haurraren jolastu ra kokatu hau lanpara.

Maisua hauteman nire itxaropen. -rekin gehiegizko grabitatea bera zalantzan jarri guztiak ashrama bizilagunak. A

Dizipulu gazteak aitortu zuen lanpara erabili zuela atzeko patioko putzura joateko. Sri Yukteswarrek aholku solemne hau eman zuen: "Bilatu lanpara putzuaren ondoan".

Hara joan nintzen presaka; ez zegoen lanpararik! Lur jota, nire guruarengana itzuli nintzen. Orain bihotzez barre egiten ari zen, nire desengainuagatik damurik gabe.

«Pena da desagertutako lanparara ezin eraman izana; ez naiz igarlea!». Begiak distiratsu zituela, gaineratu zuen: «Ez naiz Sherlock Holmes asegarri bat ere!».

Ni konturatu hori Maisua egingo nuke inoiz ez pantaila bere botereak noiz erronka egin, edo -rako bat hutsalkeria.

Aste zoragarriak igaro ziren. Sri Yukteswar prozesio erlijioso bat antolatzen ari zen. Puriko herri eta hondartzatik dizipuluak gidatzeko eskatu zidan. Jai eguna udako beroenetako bat bezala hasi zen .

"Guruji, nola ahal Ni hartu hau oinutsik ikasleak gainetik hau sutsu harea? Ni hitz egin zuen etsipenez.

«Sekretu bat kontatuko dizuet», erantzun zuen Maisuak. «Jaunak hodei-aterki bat bidaliko dizu; eroso ibiliko zarete denok».

Pozik antolatu nuen prozesioa; gure taldea ashramatik abiatu zen *Sat-Sanga* bandera batekin. **15-4 Sri Yukteswarrek diseinatu, 15-5** bakarraren ikurra zeraman . begia, intuizioaren begirada teleskopikoa .

Ermita utzi bezain laster, gaineen zegoen zeruaren zatia hodeiz bete zen magiaz bezala. Alde guztietatik harridura-oihuen laguntzarekin, Euri-zaparrada oso arin bat erori zen, hiriko kaleak eta itsasertz errea hoztuz. Tanta lasaigarriak desfileak iraun zuen bi orduetan erori ziren. Gure taldea ashramara itzuli zen une berean, hodeiak eta euria arrastorik gabe desagertu ziren.

«Ikusten duzue Jainkoak nola sentitzen gaituen», erantzun zidan Maisuak esker ona adierazi ondoren. «Jaunak guztiei erantzuten die eta guztientzat lan egiten du. Nire eskariz euria bidali zuen bezala, debotoaren edozein desio zintzo betetzen du. Gutxitan konturatzen dira gizakiak zenbatetan entzuten dituen Jainkoak haien otoitzak. Ez da gutxi batzuen alde, baizik eta konfiantzaz hurbiltzen zaion orori entzuten dio. Bere seme-alabek beti izan beharko lukete fede inplizitua beren Aita Nonahikoaren maitasunean». **15-6**

Sri Yukteswarrek lau jaialdi antolatzen zituen urtero, ekinozioetan eta solstizioetan,

non bere ikasleak urrunetik eta gertutik biltzen ziren. Neguko solstizioaren ospakizuna Serampore-n egiten zen; joan nintzen lehenengoan betiko bedeinkapena utzi zidan.

Jaiak goizean hasi ziren kaleetan zehar oinutsik egindako prozesio batekin. Ehun ikasleren ahotsak abesti erlijioso gozoekin oihartzun egin zuten; musikari batzuek txirula eta *khol kartala* (danborrak eta txindatak) jotzen zituzten. Herriko jende sutsuak lorez estali zuen bidea, Jaunaren izen bedeinkatuaren gure goraipamen ozenak zeregin prosaikoetatik deituak izateaz pozik. Ibilbide luzea...

ermitako patioan amaitu zen. Han gure gurua inguratu genuen, goiko balkoietako ikasleek kalendula loreekin bustitzen gintuzten bitartean.

channa eta laranja -puding bat hartzera . Nik, gaur sukaldari gisa ari ziren anaia-dizipulu talde batengana joan nintzen. Bilera handi horietarako janaria kanpoan prestatu behar zen, galdara erraldoietan. Inprobisatutako egurrezko adreiluzko sukaldeek kea botatzen zuten eta negar eragiten zuten, baina pozik barre egin genuen gure lanean. Indiako erlijio-jaiak ez dira inoiz kontuan hartzen... arazorik gabeko; bakoitza bat egiten du bere zati bat, hornitzea dirua, arroza, barazkiak, edo bere zerbitzu pertsonalak.

Maisua laster gure artean agertu zen, oturuntzaren xehetasunak gainbegiratzen. Uneoro lanpetuta, ikasle gazte energetikoenaren erritmoari eutsi zion.

Bigarren solairuan *sankirtan* bat (talde-kantua), harmoniumak eta eskuz jotako Indiako danborrek lagunduta, egiten ari zen. Sri Yukteswarrek esker onez entzun zuen; bere musika-zentzua oso perfektua zen.

«Tonalitatez kanpo daude!» Maisuak sukaldariak utzi eta artistekin batu zen. Melodia berriro entzun zen, oraingoan zuzen interpretatuta.

Indian, musika, pintura eta antzerkia jainkozko artetzat hartzen dira. Brahma, Vishnu eta Shiva -Betiko Hirutasuna- izan ziren lehenengo musikariak. Jainkozko Dantzaria Shiva Eskriturretan irudikatzen da erritmo modu infinituak landu zituela bere sorkuntza, kontserbazio eta desegite unibertsalaren dantza kosmikoan, Brahmak, berriz, denbora-erritmoa azpimarratzen zuen... **z i n b a l a k j o t z e n , e t a V i s h n u - k m r i d a n g a e d o d a n b o r r a** santua jotzen zuen . Krishna, Vishnu-ren enkarnazio bat, beti erakusten da hindu artean txirula batekin, eta bertan abesti liluragarria jotzen du, *maya* -engainuan dabilizan giza arimak beren benetako etxera gogorarazten dituen. Saraswati, jakinduriaren jainkosa, hari-instrumentu guztien ama den *vina jotzen sinbolizatzen da. Indiako Sama Vedak* munduko zientzia musikolari buruzko lehen idazkiak ditu.

Hindu musikaren oinarritzko harria *ragak* edo eskala melodiko finkoak dira. Sei *raga oinarritzkoak 126 ragini* (emazte) eta *putra* (seme) eratorritan banatzen dira . *Raga bakoitzak* gutxienez bost nota ditu: nota nagusi bat (*vadi* edo erregea), nota sekundario bat (*samavadi* edo lehen ministroa), nota lagungarriak (*anuvadi* , laguntzaileak) eta nota disonante bat (*vivadi* , etsaia).

raga bakoitzak eguneko ordu jakin batekin, urteko urtaro batekin eta botere jakin bat ematen duen jainko nagusi batekin korrespondentzia naturala du. Horrela, (1) *Hindole Raga* udaberriko egunsentian bakarrik entzuten da, maitasun unibertsalaren giroa pizteko; (2) *Deepaka Raga* udako arratsaldean jotzen da, errukia pizteko; (3) *Megha Raga* eguerdiko melodia bat da euri-sasoian, ausardia deitzeko; (4) *Bhairava Raga* abuztuko, iraileko eta urriko goizetan jotzen da,

lasaitasuna lortzeko; (5) *Sri Raga* udazkenerako gordeta dago. ilunabarretan, maitasun purua lortzeko; (6) *Malkounsa Raga* neguan gauerdietan entzuten da, ausardiagatik.

Antzinako rishiek aurkitu zituzten naturaren eta gizakiaren arteko aliantza sendoaren lege hauek. Naturak... da bat objektibazioa -ren *Aum* , hau Jatorrizkoa Soinua edo Bibrazio-efektua Hitza, gizona ahal lortu kontrola

mantra edo kantu erabiliz, agerpen natural guztien gainetik . **15-7** Dokumentu historikoek XVI. mendeko Akbar Handiaren gorteko musikari zen Miyan Tan Senek zituen botere harrigarrien berri ematen dute. Enperadoreak agindu zion gaueko *raga bat abesteko* eguzkia gainean zegoen bitartean. Beltzarana Sen. intonatu bat *mantra* zein berehala eragin hau osoa jauregia barrutiak iluntasunean inguratuta geratzea.

Indiako musikak oktaba 22 *sruti* edo erdi-erdi-tonutan banatzen du. Mikrotonu-tarte hauek mendebaldeko 12 erdi-tonuko eskala kromatikoaren bidez lor ezin daitezkeen adierazpen musikaren ñabardura finak ahalbidetzen dituzte. Oktabako zazpi oinarritzko nota bakoitza hindu mitologian honekin lotzen da: kolore bat, eta hegazti edo piztia baten oihu naturala- *Egin* berdearekin, eta pauma; *Re* gorriarekin, eta zero-txantxangorri; *Mi* urre-kolorearekin eta ahuntza; *Fa* zuri-horixkarekin eta lertxuntxa; *Sol* beltzarekin eta urretxindorra; *La* horiarekin eta zaldia; *Si* kolore guztien konbinazioarekin eta elefantea.

Hiru eskala —nagusia, harmoniko minorra, melodiko minorra— dira Mendebaldeko musikak erabiltzen dituen bakarrak, baina Indiako musikak 72 *eskala* edo thata azaltzen ditu. Musikariak sormen-esparrua du melodia edo *raga tradisional finkoaren inguruan inprobisazio amaigabea egiteko* ; egitura-gaiaren sentimenduan edo aldarte definitiboan kontzentratzen da eta gero bere originaltasunaren mugetaraino brodatzen du. Hindu musikariak ez ditu nota finkoak irakurtzen; ragaren eskeleto biluziaren jantzia janzten du berriro jotzen duen bakoitzean , askotan melodia-sekuentzia bakar batera mugatuz, errepikapenaren bidez bere aldaketa mikrotonal eta erritmiko sotil guztiak azpimarratuz. BacheK, Mendebaldeko konpositoreen artean, ehun modu konplexutan apur bat bereizitako soinu errepikakorren xarma eta indarra ulertzen zuen.

Antzinako sanskrito literaturak 120 *tala* edo denbora-neurri deskribatzen ditu. Sortzaile tradizionala H i n d u m u s i k a k , B h a r a t a k , 3 2 *tala* mota isolatu zituela esaten da, txolarre baten kantuan. *Talaren* edo erritmoaren jatorria giza mugimenduetan dago errotuta: ibiltzeko denbora bikoitza eta loaldian arnasteko denbora hirukoitza, arnasa botatzeko denbora bikoitza denean. Indiak beti izan du... giza ahotsa soinuaren instrumentu perfektuena dela aitortu zuen. Beraz, hindu musikak hiru oktabako ahots-eremua mugatzen du neurri handi batean. Arrazoi beragatik, melodia (nota jarraituen arteko erlazioa) azpimarratzen da, harmonia (nota aldeberekoen arteko erlazioa) baino gehiago.

Lehen rishi-musikarien helburu sakonena abeslaria gizakiaren bizkarrezurreko zentro okultoen esnatzearen bidez entzun daitekeen Abesti Kosmikoaz nahastea zen. Indiako musika arte subjektiboa, espiritual eta indibidualista da, ez du distira sinfonikoa bilatzen, baizik eta Goi-Arimarekin harmonia pertsonala. Musikari hitza sanskritoz *bhagavathar da* , "Jainkoaren laudorioak abesten dituen". *Sankirtanak* edo musika-bilkurak yoga edo diziiplina espiritualaren forma eraginkorra dira, kontzentrazio sakona eta hazi-pentsamenduan eta soinuan xurgapen bizia behar

dutenak. Gizakia bera Hitz Sortzailearen adierazpena denez, soinuak du eraginik indartsuena eta berehalakoa harengan, bere jatorri jainkotiarra gogoratzeko bidea eskainiz.

Jaialdi egunean Sri Yukteswarren bigarren solairuko egongelatik ateratzen zen *sankirtana* sukaldarientzat inspiratzailea zen lapiko lurrintsuen artean. Nire anaia dizipuluek eta nik pozik abestu genituen errepikak, eskuekin konpasa joz.

Ilunabarrean, ehunka bisitariri *khichuri* (arroza eta dilistak), barazki currya eta arroz-esnea zerbitzatu genizkien. Kotoizko mantak jarri genituen patioan; laster, jendetza izarrez estalitako gangaren azpian zegoen eserita, Sri Yukteswarren ezpainenetik isurtzen zen jakinduriari adi-adi. Bere hitzaldi publikoek *Kriya Yogaren balioa* eta autoestimua, lasaitasuna, determinazioa, dieta sinplea eta ariketa erregular baten bizitza azpimarratzen zituzten.

Ondoren, dizipulu oso gazte talde batek ereserki sakratu batzuk abestu zituen; bilera *sankirtanarekin amaitu zen*. Hamarretatik gauerdia arte, ashrameko bizilagunek lapikoak eta zartaginak garbitu eta patioa hustu zuten. Nire guruak bere ondora deitu ninduen.

"Pozik nago gaurko eta azken asteko prestaketetan egindako lan alaiekin. Nirekin egon nahi zaitut; nire ohean lo egin dezakezu gaur gauean."

Pribilegio hau inoiz niregana iritsiko zenik pentsatu ez nuena zen. Jainkozko lasaitasun bizian eserita egon ginen denbora batez. Ohean sartu eta hamar minutu eskasera, Maisua jaiki eta janzen hasi zen.

guruaren ondoan lo egitearen ustekabeko poz horretan .

"Uste dut laster hemen egongo direla tren konexioa galdu duten ikasle batzuk. Presta dezagun janaria."

"Guruji, ez bat egingo nuke etorri -n bat ordua barruan hau goiza!"

"Egon zaitez barruan ohea; zu izan izan lanean oso gogorra. Baina Ni naiz joango ra sukaldatu."

Sri Yukteswarren ahots irmoa entzutean, jauzi egin eta bigarren solairuko barne-balkoiaren ondoan zegoen egunero erabiltzen nuen sukalde txikira jarraitu nion. Arroza eta *dhal* laster irakiten ari ziren.

Nire guruak irribarre egin zuen maitasunez. "Gaur gauean nekea eta lan gogorraren beldurra gainditu dituzu; etorkizunean ez zaituzte inoiz kezkatuko."

Bizitza osorako bedeinkapen hitz hauek esan zituenean, oinatz entzun ziren patioan. Beheko solairura korrika jaitsi eta ikasle talde bat sartu nuen.

«Anaia maitea, zein erreparoak ditugun Maisua ordu honetan molestatzeko!», barkamena eskatuz hitz egin zidan gizon batek. «Tren ordutegiekin akats bat egin genuen, baina ezin ginela etxera itzuli sentitu genuen gure gurua ikusi gabe».

"Berak du izan espero zu eta da berdin orain prestatzen zure janaria."

Sri Yukteswarren ongietorri-ahotsa entzun zen; bisitari harrituak sukaldera eraman nituen. Maisuak begi distiratsuekin begiratu zidan.

"Orain hori zu izan amaituta alderatzen oharrak, ez zalantza zu dira pozik hori gure gonbidatuak benetan

egin huts egin haien trena!"

Ordu erdi geroago bere logelara jarraitu nion, guztiz konturatuta guru jainkotiar baten ondoan lotara nindoala.

.....
15-1 : Puri, buruz 310 milia hegoaldea -ren Kalkuta, da bat ospetsu erromesaldi hiri -rako debotoak -ren Krishna; bere gurtza bi jaialdi handi ospatzen dira han urtero, *Snanayatra* eta *Rathayatra* .

15-2 : The 1939an aurkikuntza -ren bat irratia mikroskopio agerian bat berria mundua -ren orain arte ezezaguna izpiak. "Gizona bera bezala ondo guztiak bezala motak -ren ustez geldo kontua etengabe igortzen du hau izpiak hori hau tresna ikusten du," jakinarazi hau *Lotutakoa Prentsa* "Telepatian, bigarren ikusmenean eta argi-ikusmenean sinesten dutenek, iragarpen honetan, pertsona batetik bestera bidaiatzen duten izpi ikusezinen existentziaren lehen froga zientifikoa dute. Irrati-gailua, egia esan, irrati-maiztasuneko bat da." espektroskopioa. Hori egiten du hau berdina gauza -rako fresko, distirarik gabekoa kontua hori hau espektroskopio egiten du noiz hura izarrak osatzen dituzten atomo motak agerian uzten ditu.Gizakiarengandik eta izaki bizidun guztietatik datozen izpi horien existentzia frogatu da

susmagarri egilea zientzialariak -rako asko urteak. Gaur da hau lehenengo esperimentala froga -ren haien existentzia.

The aurkikuntza ikuskizunak naturako atomo eta molekula bakoitza etengabeko irrati-emisio estazio bat dela.

Horrela, heriotzaren ondoren ere

Gizakia zen substantziak bere izpi delikatuak bidaltzen jarraitzen du. Izpi hauen uhin-luzerak irrati-telebistan erabiltzen den edozer baino laburragoak direnetik irrati-uhin luzeenetaraino doaz. Izpi hauen nahaspila ia pentsaezina da. Han dira milioika -ren haiek. A bakarra oso handi molekula maiatza eman itzalita 1.000.000 desberdin olatu luzerak aldi Bat dago berean. Mota honetako uhin-luzera luzeagoek irrati-uhinen erraztasun eta abiadurarekin bidaiatzen dute.

harrigarria aldea artean hau berria irratia izpiak eta ezaguna izpiak bezala argia. Hau da hau luzatua denbora, zenbateko ".milaka urtera arte, irrati-uhin hauek materia aldaezinetik igortzen jarraituko dutenak

15-3 Zalantzarik gabe, "intuizioa" erabiltzea dago; Hitlerrek ia hondatu egin du hitza, hondamendi handiangoekin batera. Latinezko erroa esanahia -ren *intuizioa* da "barrukoa babesak». The Sanskritoa hitz *agama* esan nahi du intuitiboa ezagutza jaioa -ren arimaren pertzepzio zuzena; horregatik, rishien antzinako tratatu batzuei *agama deitzen zitzairen* .

15-4 : *Larunbata* da literalki "izatea", beraz "esentzia;" errealitatea». *Sanga* da "elkartea". Sri Yukteswar deitua bere *Sat-Sanga* ermita erakundea , "egiarekiko elkartasuna".

15-5 : "Baldin eta beraz zurea begi izan bakarra, zure osoa gorputza izango da izan bete -ren argia." - *Mateo* 6:22. Zehar sakon meditazioa, singlea edo espirituala begi bihurtzen da ikusgai barruan hau erdiguneko zati -ren hau kopetan. Hau orojakile begi da hainbat modutan aipatu barruan idatzi santuak bezala hau hirugarren begia, hau izarra -ren hau Ekialdea, hau barneko begia, hau usoa beherantz -tik zerua, hau begi -ren Shiva, intuizioaren begia, etab.

15-6 : "Berak hori landatu hau belarria, izango da bera ez entzun? bera hori eratu hau begia, izango da bera ez ikusten? bera hori irakasten du gizona

. ezagutza, izango da bera ez badakizu?" - *Salmoa* 94:9-10

15-7 Herri guztietako folkloreak naturaren gaineko boterea duten sorginkerien erreferentziak ditu. Amerikako indiarrek oso ezagunak dira ra izan garatua soinuak errituak -rako euria eta haizea. Beltzarana Sen. hau bikaina Hindua musikaria, zen gai ra itzali sua -ren eskutik boterea -ren bere abestia. Karlos Kellogg, hau Kalifornia naturalista, eman bat manifestazio -ren hau efektua -ren tonala bibrazioa sutan barruan 1926 aurretik bat talde -ren Berria York suhiltzaileak. "Pasatzean bat arkua, bezala bat handitua biolina arkua, azkar zehar bat aluminiozko doikuntza sardexka, bera ekoitzi bat kirrinka bezala bizia irratia estatikoa. Berehala hau horia gasaugarra, bi oinak altua, jauzika barruan beirazko hodi huts bat, sei hazbeteko altuerara jaitsi eta txinparta urdin bat bihurtu zen. Arkuarekin beste saiakera bat egin eta beste bibrazio-kirrinka batek itzali egin zuen."

KAPITULUA: 16

Gaindituz The Izarrak

«Mukunda, zergatik ez duzu astrologia-besoko bat

hartzen?» «Erosi beharko nuke, maisu? Ez dut

astrologian sinesten.»

sinesmen kontua ; edozein gairen aurrean har daitekeen jarrera zientifiko bakarra *egia den ala ez da* . Grabitazio legeak Newtonen aurretik zein ondoren bezain eraginkortasunez funtzionatzen zuen. Kosmosa nahiko kaotikoa izango litzateke bere legeak giza sinesmenaren baimenik gabe funtzionatu ezin balute."

"Xarlatanoek izarren zientzia egungo ospe txarreraino eramán dute. Astrologia oso zabala da, bai matematikoki **16-1**" eta filosofikoki, ondo ulertu beharrekoa, ulermen sakoneko gizonak izan ezik. Ezjakinek zeruak gaizki irakurtzen badituzte, eta idazkera baten orde z idazkera bat ikusten badute, hori espero izatekoa da mundu imperfektu honetan. Ez da baztertu behar jakinduria 'jakintsuekin'.

«Sorkuntzaren atal guztiak elkarrekin lotuta daude eta beren eraginak trukutzen dituzte. Unibertsoaren erritmo orekatua elkarrekikotasunean oinarritzen da», jarraitu zuen nire guruak. «Gizakiak, bere alderdi gizatiarrean, bi indar multzori aurre egin behar die: lehenik, lurraren, uraren, suaren, airearen eta elementu etereoen nahasketak eragindako bere izatearen barneko istiluei; bigarrenik, naturaren kanpoko desintegrazio-indarrei. Gizakia bere hilkortasunarekin borrokan ari den bitartean, zeruaren eta lurraren mutazio ugariak eragiten diote.

"Astrologia gizakiak planeta-estimuluei ematen dien erantzunaren azterketa da. Izarrek ez dute kontzienteki ongínahirik edo etsaitasunik; erradiazio positiboak eta negatiboak bidaltzen dituzte besterik gabe. Berez, hauek ez diote gizateriari laguntzen edo kaltetzen, baina kanpoko funtzionamendurako bide zilegi bat eskaintzen dute."

kausa-ondorio orekak zein bakoitza gizona du multzo sartu mugimendua barruan hau iragana.

"Haur bat jaiotzen da egun eta ordu horretan, zeruko izpiak bere karma indibidualarekin harmonia matematikoan daudenean. Bere horoskopoa erretratu erronka bat da, bere iragan aldaezina eta etorkizuneko emaitza probableak agerian uzten dituená. Baina jaiotza-karta intuiziozko jakinduria duten gizonak bakarrik interpreta dezakete zuzen: gutxi dira hauek."

"Jaiotzean zeruan zehar ausardiaz idatzitako mezuak ez du patua azpimarratzeko helbururik -iraganeko ongiaren eta gaizkiaren emaitza-, baizik eta gizakiaren

borondatea pizteko bere menpekotasun unibertsaletik ihes egiteko. Egin duena desegin dezake. Berak baino ez zuen bere bizitzan nagusi diren ondorioen kausen eragile izan. Edozein muga gainditu dezake, bere ekintzen bidez sortu zuelako lehenik eta behin, eta planetaren presioaren menpe ez dauden baliabide espiritualak dituelako."

"Astrologiarekiko sineskeriazko miresmenak automata bihurtzen du norbera, gidaritza mekanikoaren menpe. Jakintsuak bere planetak garaitzen ditu -hau da, bere iragana- sorkuntzatik Sortzaileari leialtasuna transferituz. Zenbat eta gehiago konturatzen den Espirituarekin duen batasuna, orduan eta gutxiago menderatu dezake materiak. Arima beti librea da; hilgaitza da jaiotzerik ez duelako. Ezin da izarrek erregimentatu."

"Gizakia arima bat *da* , *eta gorputz bat du* . Bere identitate-zentzua behar bezala kokatzen duenean, atzean uzten ditu eredu konpultsibo guztiak. Amnesia espiritualaren ohiko egoeran nahasita jarraitzen duen bitartean, ingurumen-legearen kate sotilak ezagutuko ditu."

"Jainkoa harmonia da; bere burua sintonizatzen duen debotoak ez du inoiz ekintza okerrik egingo. Bere jarduerak zuzen eta naturalki denboratuko dira lege astrologikoarekin bat etortzeko. Otoitz eta meditazio sakon baten ondoren, bere kontzientzia jainkotiarrekin harremanetan jartzen da; ez dago barne babes hori baino botere handiagorik."

«Orduan, Maisu maitea, zergatik nahi duzu eskumuturreko astrologiko bat janztea?» Galdera hau ausartu nintzen egitera Sri Yukteswarren azalpen noblea barneratzen saiatu nintzen isilune luze baten ondoren.

"Bidaia batek bere helburura iritsi denean bakarrik du justifikazioa bere mapak baztertzeko. Bidaian zehar, edozein laburbide eroso aprobetxatzen du. Antzinako rishiek gizakiaren engainuan erbesteratutako aldia laburtzeko modu asko aurkitu zituzten. Karmaren legean badaude zenbait ezaugarri mekaniko, jakinduriaren hatzek trebetasunez doi ditzaketanak."

"Gizakiaren gaitz guztiak lege unibertsalaren hausturaren batetik sortzen dira. Eskriturek adierazten dute gizakiak naturaren legeak bete behar dituela, jainkozko ahalguztiduntasuna gutxietsi gabe. Esan beharko luke: 'Jauna, Ni konfiantza barruan Zu, eta jakin Zu ahal laguntza ni, baina Ni ere borondatea egin nire onena ra desegin edozein «Gaizki egin dut». Hainbat modutan —otoitzaren bidez, borondatearen bidez, yoga meditazioaren bidez, santuekin kontsultatuz, eskumuturreko astrologikoak erabiliz— iraganeko gaizkien ondorio kaltegarriak gutxitu edo baliogabetu daitezke.

"Etxe bati tximistaren kolpea xurgatzeko kobrezko haga bat jarri dakioken bezala, gorputzeko tenpluari ere mesede egin diezaiokete hainbat babes-neurrik. Duela denbora asko, gure yogiek aurkitu zuten metal puruek argi astral bat igortzen dutela, eta hori oso eraginkorra dela planeten erakarpen negatiboen aurka." Unibertsoan etengabe dabilta erradiazio elektriko eta magnetiko sotilak zirkulatzen; gizaki baten gorputza laguntzen denean, ez daki; desintegratzen ari denean, oraindik ezjakintasunean dago. Ahal bera egin edozer buruz hori?

"Arazo honek gure rishien arreta piztu zuen; metalen konbinazioa ez ezik, landareena eta -guztien artean eraginkorrena- bi kilateko gutxienezko bitxi akatsgabeena ere lagungarria iruditzen zitzaion. Astrologiaren erabilera prebentiboak gutxitzen aztertzen dira serio Indiatik kanpo. Apur bat-" Jakina denez, bitxi, metal edo landare-prestaketa egokiak ez dute baliorik behar den pisua lortu ezean, eta

sendagai horiek azalaren ondoan eramaten ez badira.

"Jauna, noski zure aholkua jarraituko dut eta eskumuturreko bat erosiko dut. Planeta bat gainditzeko ideiak liluratuta nau!"

«Oro har, urrezko, zilarrezko eta kobrezko besoko bat erabiltzea gomendatzen dizut. Baina helburu zehatz baterako, zilarrezko eta berunezko bat erostea nahi dut». Sri Yukteswarrek jarraibide zehatzak gehitu zituen.

"Guruji, zer espezifikoa helburua' egin zu esan nahi duzu?"

"Izarrek laster erakutsiko dizute interes desatsegina, Mukunda. Ez izan beldurrik; babestuta egongo zara. Hilabete barru zure gibelak arazo asko sortuko dizkizu. Gaixotasunak sei hilabete iraungo duela aurreikusten da, baina beso astrologiko bat erabiltzeak epea hogeita lau egunera laburtuko du."

Hurrengo egunean bitxigile baten bila joan nintzen, eta laster eskumuturrekoa jantzita nuen. Osasun bikaina nuen; Maisuaren iragarpena burutik kendu zitzaidan. Serampore utzi zuen Benares bisitatzeko. Gure elkarrizketaren hogeita hamar egunera, bat-bateko mina sentitu nuen gibeledako eskualdean. Hurrengo asteak amesgaizto izugarri bat izan ziren, min izugarria. Nire gurua asaldatu nahi ez nuenez, ausardiaz bakarrik jasango nuela nire proba pentsatu nuen.

Baina hogeita hiru eguneko torturak nire erabakia ahuldu zuen; Benareserako tren hartu nuen. Han, Sri Yukteswarrek ezohiko berotasunez agurtu ninduen, baina ez zidan aukerarik eman nire atsekabeak pribatuan kontatzeko. Egun hartan deboto askok bisitatu zuten Maisua, *darshan bat egiteko besterik ez*. **16-2** Gaixo eta utzita, txoko batean eseri nintzen. Afariaren ondoren arte ez ziren gonbidatu guztiak joan. Nire guruak deitu zuen ni etxeko balkoi oktogonalera.

«Zure gibeledako gaitza dela eta etorri behar zenuen». Sri Yukteswarren begirada saihestu egin zen; hara eta hona ibili zen, noizean behin ilargi-argia geldituz. «Ikus dezadan; hogeita lau egun daramatzazu gaixorik, ezta?»

"Bai, jauna."

"Mesedez egin hau urdaila ariketa Ni izan irakatsi zu."

«Nire sufrimenduaren neurria jakingo bazenu, Maisu, ez zenidake eskatuko ariketa fisikoa egiteko». Hala ere, ahalegin ahul bat egin nuen hari obeditzeko.

«Mina duzula diozu; nik batere ez duzula diot. Nola izan daitezke kontraesan horiek?» Nire guruak galdezka begiratu zidan.

Zorabiatuta geratu nintzen eta gero poz-arintzeak gainezka egin zidan. Ezin nuen gehiago sentitu asteetan ia lo egin gabe eduki ninduen etengabeko tormentua; Sri Yukteswarren hitzekin, agonia desagertu egin zen, inoiz egon ez balitz bezala.

Ni hasi ra belaunikatu -n bere oinak barruan esker ona, baina bera azkar eragotzi ni.

«Ez izan haurra. Jaiki eta gozatu Ganges ibaiaren gaineko ilargiaren edertasunaz». Baina Maisuaren begiak pozik distira egiten ari ziren ni isilik haren ondoan nengoela. Bere jarreragatik ulertu nuen nahi zuela sentitzea ez bera, baizik eta Jainkoa izan zela Sendatzailea.

Oraindik ere daramat zilarrezko eta berunezko eskumuturreko astuna, iraganeko egun hartako oroigarri bat, beti maitea, non berriro konturatu nintzen benetan gaingizaki batekin bizi nintzela. Geroago, nire lagunak Sri Yukteswarrengana sendatzera eramanez nituenean, beti gomendatzen zidan...

bitxiak edo hau eskumuturreko, goraipatzen haien erabili bezala bat ekintza -ren astrologikoa jakinduria.

Txikitatik izan ditut astrologiaren aurkako aurreiritziak, alde batetik jende askok lotura estua duela ikusi nuelako, eta bestetik gure familiako astrologoak egindako iragarpen batengatik: "Hiru aldiz ezkonduko zara, bi aldiz alargun izango zara". Gaiari buruz hausnartu nuen, hirukoitzeko ezkontzaren tenpluaren aurrean sakrifizioaren zain dagoen ahuntz bat bezala sentitzea.

«Hobe da zure patuari amore ematea», esan zuen nire anaia Anantak. «Zure horoskopo idatziak zuzen adierazi du zure lehen urteetan etxetik Himalaiara ihes egingo zenuela, baina indarrez itzuliko zinetela. Zuen ezkontzen iragarpena ere egia izango da, dudarik gabe».

Gau batean intuizio argi bat etorri zitzaidan profezia guztiz faltsua zela. Horoskopoaren pergaminoari su eman nion, errautsak paperezko poltsa batean sartuz eta bertan idatzi nuen: "Iraganeko karmaren haziak ezin dira ernetu jakinduriaren su jainkotiarrean erretzen badira". Poltsa leku ikusgarri batean jarri nuen; Anantak berehala irakurri zuen nire iruzkin desafiatzailea.

«Ezin duzu egia suntsitu paper-pergamino hau erre duzun bezain erraz». Nire anaiak mespretxuz barre egin zuen.

Egia da, gizontasunera iritsi baino hiru aldiz, nire familiak nire ezkontzeko konpromisoa antolatzen saiatu zela. Aldi bakoitzean uko egin nion planari, **16-3** Jainkoarekiko nuen maitasuna iraganeko edozein ideia astrologiko baino handiagoa zela jakinda.

«Zenbat eta sakonago ezagutu gizakia, orduan eta gehiago eragingo dio unibertso osoari bere bibrazio espiritual sotilen bidez, eta orduan eta gutxiago eragingo dio berari fenomeno-fluxuak». Maisuaren hitz hauek askotan inspiratzaileki itzultzen zitzaizkidan burura.

Noizean behin astrologoei esaten nien nire garairik txarrenak aukeratzeko, planetaren adierazleen arabera, eta Neure buruari ezarritako edozein zeregin beteko nuke oraindik ere. Egia da halako garaietan izan dudana arrakasta... zailtasun apartekoekin batera egon da. Baina nire ustea beti izan da justifikatua: jainkozko babesean fedea eta gizakiaren Jainkoak emandako borondatearen erabilera egokia "ontzi alderantzizatuak" bildu dezakeen edozein indar izugarriak dira.

Jaiotzean agertzen den izarrez betetako inskripzioa, ulertu nuen, ez da gizakia bere iraganaren txotxongilo bat denik. Bere mezua harrotasunaren pizgarri bat da, baizik eta zeruak berak gizakiaren muga guztietatik askatzeko erabakia piztu nahi du. Jainkoak gizaki bakoitza arima gisa sortu zuen, indibidualtasunez hornitua, beraz, ezinbestekoa da egitura unibertsalerako, zutabe edo parasito aldi baterako rolean

izan. Bere askatasuna behin betikoa eta berehalakoa da, hala nahi badu; ez dago kanpoko garaipenen menpe, baizik eta barnekoen menpe.

Sri Yukteswarrek 24.000 urteko ekinozio-ziklo baten aplikazio matematikoa aurkitu zuen gure egungo aroan. **16-4** Zikloa Arku Goranzko batean eta Arku Beheranzko batean banatzen da, bakoitza 12.000 urtekoa. Arku bakoitzaren barruan lau *Yuga* edo Aro daude, *Kali*, *Dwapara*, *Treta* eta *Satya izenekoak*, Burdinaren, Brontzearen, Zilarraren eta Urrezko Aroen greziar ideiei dagozkienak.

Nire guruak hainbat kalkuluren bidez zehaztu zuen azken *Kali Yuga* edo Burdin Aroa, Arku Goranzkoarena, K.o. 500. urte inguruan hasi zela. Burdin Aroa, 1200 urteko iraupena duena, materialismoaren aldi bat da; K.o. 1700. urte inguruan amaitu zen. Urte horrek *Dwapara Yuga* *ekarri zuen* , 2400 urteko aldi elektrikoa. eta energia atomikoaren garapenak, telegrafoaren, irratia, hegazkinen eta beste espazio-suntsitzaile batzuen aroa .

Treta Yugaren 3600 urteko aldia K.o. 4100. urtean hasiko da; bere adina komunikazio telepatikoen eta denbora-suntsitzaileen beste ezagutza arrunt batek markatuko du. *Satya Yugaren* 4800 urteetan , arku goranzko azken aroan, gizakiaren adimena guztiz garatuko da; jainkoen planarekin harmonian lan egingo du.

12.000 urteko beheranzko arku bat, 4800 urteko beheranzko Urrezko Aro batekin hasita, eta gero **16-5ean hasten da.** munduarentzat; gizakia pixkanaka ezjakintasunean hondoratzen da. Ziklo hauek *mayaren betiko errondak dira* , unibertso fenomenikoaren kontrasteak eta erlatibotasunak. **16-6** Gizona, banan-banan, sorkuntzaren dualtasunaren kartzelatik ihes egiten du Sortzailearekin duen jainkoen batasun hautsiezinen kontzientziara esnatzen den heinean.

Maisuak nire ulermena handitu zuen, ez bakarrik astrologiari buruz, baita munduko idatziei buruz ere. Testu sakratuak bere gogoaren mahai garbian jarritz, gai izan zen haien bisturiarekin aztertzeak. arrazoiketa intuitiboa, eta jakintsuen akatsak eta interpolazioak profetek jatorriz adierazitako egietatik bereizteko.

"Fixatu norberaren ikusmena sudurraren puntan." *Bhagavad Gita* estrofa baten interpretazio oker hau, **16-7** Ekialdeko adituek eta mendebaldeko itzultzaileek onartua, Maisuaren kritika barregarriak pizteko erabiltzen zena.

«Yogi baten bidea bere horretan datza», esan zuen. «Zergatik aholkatu behar diozu begiak gurutzatzea ere? Nasikagramaren benetako esanahia 'sudurraren jatorria' da, ez 'sudurraren muturra'. Sudurra bi bekainen arteko puntuan hasten da, ikusmen espiritualaren egoitzan». **16-8** *Sankhya* **16-9** batengatik aforismoa, " *Iswar-ashidha* ", - "Sorkuntzaren Jaun bat ezin da ondorioztatu" edo "Jainkoa ez da frogatzen", **16-10** -jakintsu askok filosofia osoa ateotzat jotzen dute.

«Bertsoa ez da nihilista», azaldu zuen Sri Yukteswarrek. «Esaten du, besterik gabe, argitu gabeko gizakiarentzat, azken epaiketa guztietarako zentzumenean menpe dagoenarentzat, Jainkoaren frogak ezezaguna eta, beraz, existitzen ez dena izan behar dela. Benetako *Sankhya* jarraitzaileek, meditaziotik sortutako ikuspegi sendoarekin, ulertzen dute Jauna existitzen dela eta ezagugarria dela».

Maisuak Biblia kristaua argi eta garbi azaldu zuen. Nire guru hinduarrengandik, kristau kideen zerrenda ezezagunagatik, ikasi nuen Bibliaren esentzia hilezkorra

hautematen eta Kristoren baieztapenaren egia ulertzen; zalantzarik gabe, inoiz esandako baieztapen zirrargarri eta irmoena: "Zerua eta lurra igaroko dira, baina nire hitzak ez dira igaroko".

16-11

Indiako maisu handiek Jesusek animatu zituen jainkozko ideal berberen arabera moldatzen dituzte beren bizitzak; gizon hauek haren ahaide aldarrikatuak dira: "Zeruetan dagoen nire Aitaren nahia egiten duenak,

Berdinak dira nire anaia, arreba eta ama». **16-12** «Nire hitzean irauten baduzue», adierazi zuen Kristok, «benetan nire ikasleak izango zarete; eta egia ezagutuko duzue, eta egiak askatuko zaituzte». **16-13** Gizon aske guztiak, beren buruen jaunak, Indiako Yogi-Kristoak anaitasun hilezkorren parte dira: Aita Bakarren ezagutza askatzailea lortu dutenak.

«Adan eta Evaren istorioa ulertezina zait niretzat!», esan nuen bero-bero egun batean, alegoriarekin izandako lehen borroketan. «Zergatik zigortu zituen Jainkoak ez bakarrik errudun bikotea, baita jaio gabeko belaunaldi errugabeak ere?»

Maisua nire indarkeriaz gehiago barre egin zuen nire ezjakintasunaz baino. "

Hasiera oso sinbolikoa da, eta ezin da interpretazio literal batekin ulertu", azaldu zuen. "Bere 'bizitzaren zuhaitza' giza gorputza da. Bizkarrezur-muina iraulitako zuhaitz baten antzekoa da, gizakiaren ilea sustrai gisa eta nerbio aferente eta eferenteak adar gisa dituela. Nerbio-sistemaren zuhaitzak fruitu atsegin asko ematen ditu, edo ikusmen, entzumen, usaimen, dastamen eta ukimen sentsazioez. Hauetan, gizakiak eskubide osoz goza dezake; baina debekatuta zegoen sexuaren esperientzia, gorputz-lorategiaren erdian dagoen 'sagarra'. **16-14**

"'Sugeak' sexu-nerbioak estimulatzeko dituen bizkarrezurreko energia kiribildua irudikatzen du. 'Adam' arrazoia da, eta 'Eba' sentimendua. Gizaki batengan emozioa edo Eva-kontzientzia sexu-bulkadak gaintitzen duenean, bere arrazoia edo Adam ere amore ematen du. **16-15**"

Jainkoak giza espeziea sortu zuen gizon eta emakumeen gorputzak bere borondatearen indarraren bidez materializatuz; espezie berriari seme-alabak modu berean sortzeko ahalmena eman zion. 'garbi-garbi' edo jainkozko eran. **16-16** Bere arima indibidualizatuan agertu izana orain arte animalietara mugatuta zegoenez, senari lotuta eta arrazoi osoaren potentzialik gabe, Jainkoak lehen giza gorputzak egin zituen, sinbolikoki Adam eta Eva deituak. Hauei, goranzko eboluzio onuragarriko, bi animaliaren arimak edo jainkozko esentzia transferitu zien. **16-17** Adamen edo gizonarengan, arrazoia zen nagusi; Eban edo emakumearengan, sentimendua zen nagusi. Horrela adierazi zen mundu fenomenikoen oinarrian dagoen dualtasuna edo polaritatea. Arrazoia eta sentimendua batera mantentzen dira. lankidetzaren zerua, giza adimena animalien joeraren suge-energiak engainatzen ez duen bitartean.

"Beraz, giza gorputza ez zen soilik piztietatik eboluzionatzearen emaitza izan, baizik eta Jainkoaren sorkuntza berezi baten bidez sortu zen. Animalien formak oso zakarrak ziren jainkotasun osoa adierazteko; gizakiari modu paregabea eman zitzaion gaitasun mental izugarria: mila petaloko lotoa"" garuna—baita bizkarrezurrean akutuki esnatutako zentro okultoak ere.

"Jainkoak, edo lehen bikote sortuaren baitan zegoen Jainkozko Kontzientziak, giza sentikortasun guztiak gozatzeko aholkatu zien, baina ez ukimen-sentsazioetan arreta jartzeko. **16-18**" Hauek debekatu egin ziren sexu-organoen garapena saihesteko, gizateria animalia-ugalketa metodo eskasean harrapatuko baitzuen. Inkontzienteki dauden animalien oroitzapenak ez berpizteko abisua ez zen kontuan hartu. Ugalketa basatiaren bidea berreskuratuz, Adam eta Eva jatorrizko gizaki perfektuarentzat naturala zen zeruko poztasun egoeratik erori ziren.

"Ezagutza -ren ona eta gaiztoa' erreferentzia egiten dio ra hau kosmiko dualista konpultsioa. Erortzen azpian hau mugimendu -ren

maya, bere sentimendu eta arrazoiaren, edo Eva eta Adam kontzientziaren, erabilera okerraren bidez, gizakiak uko egiten dio jainkozko autosufizientziaren zeruko lorategian sartzeko eskubideari. **16-19** Gizaki ororen ardura pertsonala bere 'gurasoak' edo izaera bikoitza harmonia bateratu edo Eden batera leheneratzea da.

Genesiseko orrialdeei . «Maisu maitea», esan nion, «lehen aldiz sentitzen dut

seme-alaba-betebehar egokia Adam eta Ebarekiko!»

.....
16-1 : -tik astronomikoa erreferentziak barruan antzinako Hindua idatzi santuak, jakintsuak izan izan gai ra zuzen egiaztatu hau egileen datak. Rishien ezagutza zientifikoa oso handia zen; *Kaushitaki Brahmanan* astronomia zehatzak aurkitzen ditugu pasarteak zein erakutsi hori barruan 3100 K.a. hau Hinduak ziren urrun aurreratu barruan astronomia, zein izan bat balio praktikoa astrologia-zeremonietarako garai egokiak zehazteko. *East-West aldizkarian, 1934ko otsailean, argitaratutako artikulu batean, Jyotish edo Vediko astronomia-tratatuen multzoaren* laburpen hau ematen da : "India antzinako nazio guztien abangoardian mantendu eta ezagutza-bilatzailleen meka bihurtu zuen jakintza zientifikoa dauka. Oso antzinako *Brahmagupta* , bat -ren hau *Jyotish* lanak, da bat astronomikoa tratatu negoziatzen - rekin halako gaiak bezala hau heliozentrikoa mugimendua hau planetario gorputzak barruan gure eguzki sistema, hau zehihartasun -ren hau ekliptika, hau Lurraren esferikoa forma, hau islatuta argi ilargiarena, Lurraren eguneroko ardatz-errotazioa, Esne Bidean izar finkoen presentzia, grabitazioaren legea eta Mendebaldeko munduan Koperniko eta Newtonen garaira arte agertu ez ziren beste datu zientifiko batzuk".

Hori da orain ezaguna hori hau deiturikoak "Arabiera zenbakiak", gabe noren sinboloak aurreratu matematika da zaila, IX. mendean iritsi zen Europara, arabiarren bidez, Indiatik, non notazio sistema hori antzina formulatu baitzen. Gehiago argi piztuta Indiako zabala zientifiko ondarea borondatea izan aurkitu barruan Doktorea P. C. Ray-ren *Historia* . -ren *Hindua Kimika* , eta BN Seal doktorearen *Antzinako Hinduen Zientzia Positiboak* liburuan

16-2 : The bedekapena zein fluxuak -tik hau hutsa ikusmena -ren bat santu.

16-3 : Bat -ren hau neskak nor nire familia hautatua bezala bat posible emaztegaia -rako ni, ondoren ezkondua nire lehengusua, Prabhas Chandra Ghose.

16-4 : A seriea -ren hamahiru artikuluak piztuta hau historikoa egiaztapena -ren Sri Yukteswarren *Yuga* teoria agertu barruan hau aldizkaria

Ekialde-Mendebalde (Los Angeles) -tik Iraila, 1932an, ra Iraila, 1933.

.16-5: K.o. 12.500. urtean

16-6 : The Hindua idatzi santuak leku hau oraina mundu-adina bezala gertatzen barruan hau *Kali Yuga* -ren bat asko luzeagoa unibertatsala zikloa Sri Yukteswar-ek kezkatzen zuen 24.000 urteko ekinozio-ziklo sinplea baino. Eskrituretako ziklo unibertatsala 4.300.560.000 urtekoa da, eta Sorkuntza Eguna edo gure planetari esleitutako bizitzaren iraupena neurtzen du sistema barruan bere oraina inprimaki. Hau zabala irudi emanda egilea hau rishiak da oinarrituta piztuta bat harremana artean hau luzera eguzki-urtearen eta Pi-ren multiplo bat (3,1416, zirkulu baten zirkunferentziaren eta diametroaren arteko erlazioa).

The bizitza tartea -rako bat osoa unibertsoa, arabera ra hau antzinako ikusleak, da 314.159.000.000.000 eguzki urteak, edo ". "Bat Adina Brahmarena

Zientzialariak estimazio hau oraina adina -ren hau lurra ra izan buruz bi mila milioi urteak, oinarritzen haien ondorioak piztuta bat azterketa -ren berunezko poltsikoak ezkerrean bezala bat emaitza -ren erradioaktibitatea barruan harkaitzak. The Hindua idatzi santuak deklaratu hori bat lurra halako bezala gurea da disolbatuta batentzat -ren bi arrazoiak: hau biztanleak bezala bat osoa bihurtu edo guztiz ona edo guztiz gaiztoa. The mundu-adimena horrela, lur .gisa elkarrekin lotuta dauden atomo gatibuak askatzen dituen botere bat sortzen du

Larria adierazpenak dira noizean behin argitaratua buruz bat berehala "amaiera -ren hau mundua." The azken iragarpena -ren Patua Pasadenako Chas. G. Long erreberendoak eman zuen, eta hark publikoki ezarri zuen "Epaiketaren

Eguna" 1945eko irailaren 21erako. *United Press-eko* kazetariak nire iritzia eskatu zidaten; azaldu nien munduko zikloek jainkozko plan baten arabera progresio ordenatua jarraitzen dutela. Ez da lurreko desegiterik ikusten; bi mila milioi urteko goranzko eta beheranzko ekinozio-zikloak daude oraindik gure planetarentzat bere egungo forman. Rishiek munduko aro desberdinetarako emandako zifrek azterketa sakona merezi dute Mendebaldean; *Time aldizkariak* .(1945eko abenduaren 17a, 6. or.) "estatistika lasaigarriak" deitu zien

16-7 : kapitulua VI:13.

16-8 : "The argi -ren hau gorputza da hau begia: beraz noiz zurea begi da bakarra, zure osoa gorputza baita ere da bete -ren argia; baina zurea denean begi da gaiztoa, zure gorputza baita ere da bete -ren iluntasuna. Hartu jaramon egin beraz hori hau argi zein da barruan zu izan ez iluntasuna». — *Lukas* 11:34-35.

16-9 : Bat -ren hau sei sistemak -ren Hindua filosofia. *Sankhya* irakasten du azken emantzipazioa zehar ezagutza -ren hogeita bost printzipio, *prakriti edo naturarekin hasi eta purusha* edo arimarekin amaituz .

16-10 : *Sankhya Aforismoak* , I:92.

16-11: *Mateo* 24:35.

16-12 : *Mateo* 12:50.

16-13 Joan 8:31-32. *San* Joanez honela deklaratu zuen: «Baina hura onartu zuten guztiei eman zien Jainkoaren seme-alaba izateko ahalmena,» berdin ra haiek hori sinetsi piztuta bere izena (baita ere ra haiek MOE dira ezarri barruan hau Kristo Kontzientzia)." - *John* 1:12.

16-14 : "Gu maiatza jan -ren hau fruta -ren hau zuhaitzak -ren hau lorategia: baina -ren hau fruta -ren hau zuhaitz zein da barruan hau erdian -ren hau lorategian, Jainkoak esan du: Ez jango duzue hartatik, ezta ukitu ere, hil ez zaitezten». - *Hasiera* 3:2-3.

16-15 : "The emakumea nor zu eman ra izan -rekin ni, bera eman ni -ren hau zuhaitza, eta Ni egin jan. The emakumea esan zuen, Sugeak engainatu ninduen, eta jan egin nuen». - *Hasiera* 3:12-13.

16-16 : "Beraz Jainkoa sortua gizona barruan bere propioa irudia, barruan hau irudi -ren Jainkoa sortua bera bera; gizonetzkoa eta emakumezkoa sortua bera haiek. Eta Jainkoa bedeinkatua haiek, eta Jainkoa esan zuen arte haiek, Izan emankorra eta biderkatu, eta berritu hau lurra, eta menperatu hori." - *Gen.* 1 :27-28.

16-17 : "Eta hau Jauna Jainkoa eratu gizona -ren hau hautsa -ren hau lurra, eta arnasa hartu sartu bere sudurzuloak hau arnasa -ren bizitza; eta gizakia arima bizidun bihurtu zen». - *Hasiera* 2:7.

16-18 : "Orain hau sugea (sexua indarra) zen gehiago sotila baino edozein piztia -ren hau zelaia" (edozein beste zentzua -ren hau gorputza).- *Gen.* 3 :1.

16-19 «Eta Jainko Jaunak baratze bat landatu zuen Edenekian; eta han jarri zuen moldatu zuen gizona». - *Hasiera* 2:8. «Horregatik, Jainko Jaunak Edeneko baratzetik bidali zuen, lurra lantzera, nondik hartua izan zen». - *Hasiera* 3:23. Jainkoak lehen aldiz egindako gizaki jainkotiarrek bere kontzientzia kopetan zegoen begi ahalguztidun bakarrean zentratuta zuen. (ekialderantz). The guztiz sortzailea botereak -ren bere borondatea, fokatuta -n hori lekua, ziren galduta ra gizona noiz bera hasi zen ra arte bere izaera fisikoaren "lurra".

KAPITULUA: 17

Sasi Eta The Hiru Zafiroak

"Zeren eta zu eta nire semea pentsatu beraz oso -ren Swami Sri Yukteswar, Ni borondatea hartu bat begiratu -n bera." The

Narayan Chunder Roy doktoreak erabilitako ahots-tonuak ergelen kapritxoei men egiten ari zela iradokitzen zuen. Nire haserrea ezkutatu nuen, proselitismoaren tradizio onenen arabera.

Nire laguna, al baitaria, agnostiko sutsua zen. Bere seme txikia den Santoshek erregutu zidan bere aitagan interesa pizteko. Orain arte nire laguntza baliotsua ikusezina izan da.

Roy doktoreak hurrengo egunean lagundu zidan Seramporeko ermitara. Maisuak elkarrizketa labur bat eman ondoren, bi aldeetatik isiltasun estoiko batez markatua, bisitaria bat-batean alde egin zuen.

«Zergatik ekarri hildako bat ashramara?» Sri Yukteswarrek galdezka begiratu zidan Kalkutako eszeptikoari atea itxi bezain laster.

"Jauna! Medikua bizirik dago!"

"Baina barruan bat labur denbora

bera borondatea izan hilda."

Txundituta geratu nintzen. "Jauna, kolpe ikaragarria izango da hau bere semearentzat. Santoshek oraindik ere denbora espero du bere aitaren ikuspegi materialistak aldatzeko. Arren eskatzen dizut, Maisu, gizon horri laguntzeko."

«Oso ondo; zure onerako». Nire guruaren aurpegia axolagabea zen. «Zaldi-mediku harro hori diabetesak jota dago, nahiz eta ez dakien. Hamabost egun barru ohean sartuko da. Medikuek galdutzat emango dute; lur hau uzteko bere denbora naturala sei aste barru izango da gaur. Zure bitartekaritzari esker, ordea, data horretan sendatuko da. Baina baldintza bat dago. Eskumuturreko astrologiko bat eraman behar diozu; zalantzarik gabe, bere zaldietako batek ebakuntza baten aurretik bezain bortizki aurka egingo du!», barre egin zuen Maisuak.

Isilune baten ondoren, non Santoshek eta biok mediku tematiarekin lausenguaren artea nola erabil genezakeen ondoen galdetu nion neure buruari, Sri Yukteswarrek beste agerian utzi zituen.

"Gizonak sendatzen denean, aholkatu iezaiozu haragia ez jateko. Hala ere, ez dio aholku honi jaramonik egingo, eta sei hilabete barru, bere onenean dagoenean, hil egingo da. Sei hilabete hori ere..." Bizitza luzatzea zure eskaerari esker bakarrik eman zaio."

Hurrengo egunean Santoshi bitxigilean besoko bat eskatzeko iradoki nion. Astebetean prest zegoen, baina Roy doktoreak ez zuen janztea erabaki.

«Osasun oso onean nago. Ez nauzu inoiz harrituko sineskeria astrologiko hauekin». Medikuak begirada oldarkor bat bota zidan.

Barreguraz gogoratu nuen Maisuak arrazoi osoz alderatu zuela gizona zaldi ikaragarri batekin. Beste zazpi egun igaro ziren; medikuak, bat-batean gaixorik, apalki onartu zuen eskumuturrekoa eramatea. Bi aste geroago, bertan zegoen medikuak esan zidan bere pazientearen kasua etsigarria zela. Diabetesak eragindako kalteen xehetasun lazgarriak eman zituen.

Ni astindu nire burua. "Nire guru du esan zuen hori, ondoren bat gaixotasuna iraunkorra bat hilabetea, Doktorea Roy borondatea izan ondo."

Medikuak sinesgaitz begiratu zidan. Baina bi aste geroago etorri zitzaidan bila, barkamen eske.

«Roy doktorea erabat sendatu da!», esan zuen oihuka. «Nire esperientziako kasurik harregarriena da. Inoiz ez dut hiltzen ari den gizon bat hain suspertze ulertezina ikusi. Zure gurua sendatzeko profeta bat izan behar da, hain zuzen ere!».

Roy doktorearekin izandako elkarriketa baten ondoren, non Sri Yukteswarren haragirik gabeko dieta baten inguruko aholkua errepikatu nion, ez nuen gizona berriro ikusi sei hilabetez. Arratsalde batean gelditu zen hizketan aritzeko, Gurpar errepideko nire familiaren etxeko terrazan eserita nengoela.

«Esan iezaiozu zure irakasleari haragia maiz janez, indarra guztiz berreskuratu dudala. Dietari buruzko bere ideia ez-zientifikoek ez didate eraginik izan». Egia zen Roy doktoreak osasun itxura zuela .

Baina hurrengo egunean Santosh korrika etorri zitzaidan ondoko kaleko bere etxetik. "Gaur goizean aita hil egin da!"

Kasu hau Maisuarekin izandako esperientziarik arraroenetako bat izan zen. Albaitari errebeldea sendatu zuen, sinesgaitza izan arren, eta gizonaren lurrean bizitzeko epea sei hilabetez luzatu zuen, nire erregu sutsuagatik. Sri Yukteswar mugagabea izan zen bere adeitasunean... deboto baten otoitz premiaz aurre eginda.

Harrotasun handiena eman zidan unibertsitateko lagunak nire gurua ezagutzera ekartzea izan zen. Askok alde batera utziko zuten —behintzat ashramean!— erlijio-eszeptizismoaren kapa akademiko dotorea.

Nire lagun batek, Sasik, asteburu zoriontsu batzuk eman zituen Serampore-n. Maisuak izugarri maitemindu zen mutilarekin, eta kexatzen zen haren bizitza pribatua basatia eta nahasia zela.

«Sasi, konpontzen ez bazara, urtebete barru oso gaixo egongo zara». Sri Yukteswarrek nire lagunari begiratu zion maitasunez eta haserre. «Mukunda da lekukoa: ez esan geroago ez nizula abisatu ».

Sasik barre egin zuen. "Maisu, zure esku uzten dut kosmoseko karitate gozo bat nire kasu tristean interesatzea! Nire espiritua prest dago baina nire borondatea ahula da. Zu zara nire salbatzaile bakarra lurrean; ez dut beste ezerengan sinesten."

"-n gutxienez zu beharko luke higadura bat bi kilateko urdina zafiroa. Hori borondatea

laguntza zu."

"Nik ezin dut ordaindu bat. Nolanahi ere, maitea guruji, baldin eta arazo dator, Ni guztiz sinetsi zu borondatea babestu ni."

«Urtebete barru hiru zafiro ekarriko dituzu», erantzun zuen Sri Yukteswarrek modu enigmatikoan. «Orduan ez dute ezertarako balioko».

Elkarrizketa honen aldaerak aldizka gertatzen ziren. «Ezin naiz erreformatu!», esaten zuen Sasik etsipen komiko batez. «Eta zugan dudan konfiantza, Maisu, edozein harri baino preziatuagoa da niretzat!»

Urtebete geroago, nire gurua bisitatzen ari nintzen Kalkutako bere dizipulu Naren Baburen etxean. Goizeko hamarrak aldera, Sri Yukteswar eta biok bigarren solairuko egongelan lasai eserita geundela, sarrerako atea irekitzen entzun nuen. Maisua zurrin zuzendu zen.

«Sasi hori da», esan zuen serio. «Urtea amaitu da; bi birrikak galdu dizkio. Nire aholkuari jaramonik egin ez dio; esan iezaiozu ez dudala ikusi nahi».

Sri Yukteswarren zorrozetasunak erdi txundituta, eskaileretatik behera

lasterka joan nintzen. Sasi igotzen ari zen. "Oi Mukunda! Benetan espero dut

Maisuaren hemen egotea; susmoa nuen bertan egon zitekeela".

"Bai, baina bera ez du nahi izan asaldaturik."

Sasi negarrez hasi eta nire ondotik pasatu zen eskuekin. Sri Yukteswarren oinetara bota zen, hiru zafiro eder bertan utziz.

"Guru orojakintsua, medikuek diote tuberkulosi lasterkaria dudala! Hiru hilabete baino gehiago ez didate ematen! Apalki eskatzen dizut laguntza; badakit senda nazakezula!"

"Ez al da berandu samar zure bizitzaz kezkatzeko? Zoaz zure bitxiekin; haien erabilgarritasun garaia joan da". Maisua esfinge baten antzera eserita geratu zen isiltasun etengabea, mutilaren erruki eske negarrez tartekatuta.

Intuiziozko konbentzimendu bat etorri zitzaidan Sri Yukteswar Sasiren jainkozko sendatzeko boterearekiko fedearen sakontasuna probatzen ari zela besterik ez. Ez nintzen harritu ordubete geroago, tentsioz beterik, Maisuak begirada solidarioa zuzendu zionean nire lagun etzanari.

"Jaiki, Sasi; zer nolako iskanbila sortzen duzun besteen etxeetan! Itzuli zure zafiroak bitxigileari; gastu alferrikakoa dira orain. Baina hartu eskumuturreko astrologiko bat eta eraman ezazu. Ez izan beldurrik; aste gutxi barru sendatuko zara."

Sasiren irribarreak malkoz zikindutako aurpegia argitu zion, bat-bateko eguzkia paisaia busti baten gainean bezala. "Guru maitea, medikuek agindutako sendagaiak hartuko al ditut?"

Sri Yukteswarren begirada luzea zen. «Nahi duzun bezala, edan edo bota; hala

egiten du». —Ez du axola. Eguzkiak eta ilargiak beren posizioak trukatzea posibleagoa da zuk tuberkulosiaz hiltzea baino—. Bat-batean gaineratu zuen: —Zoaz orain, iritziz aldatu baino lehen!

Agur urduri batekin, laguna presaka alde egin zuen. Hurrengo asteetan hainbat aldiz bisitatu nuen, eta izututa geratu nintzen bere egoera gero eta okerrago ikustean.

"Sasi ezin azken zehar hau gaua." Hauek hitzak -tik bere medikua, eta hau ikuskizun -ren nire

Lagunak, ia eskeleto bihurtuta, Serampore-ra bidali ninduen bizkor. Nire guruak hotz entzun zion nire txosten negartsuari.

"Zergatik egin zu etorri hemen ra molestatu ni? Zu izan dagoeneko entzun ni ziurtatu Sasi -ren bere suspertzea".

Harridura handiz makurtu nintzen haren aurrean, eta ate aldera erretiratu nintzen. Sri Yukteswarrek ez zuen agur hitzik esan, baina isiltasunean murgildu zen, begiak erdi irekita, ikuspegia beste mundu batera ihesi.

Berehala itzuli nintzen Sasiren Kalkutako etxera. Harriduraz aurkitu nuen nire laguna eserita, esnea edaten.

"Oi Mukunda! Zer miraria! Duela lau ordu Maisuaren presentzia sentitu nuen gelan; nire sintoma ikaragarriak berehala desagertu ziren. Sentitzen dut haren graziari esker guztiz ondo nagoela."

Aste gutxiren buruan, Sasi inoiz baino lodiagoa eta osasun hobea zuen. **17-1** Baina bere singularra Sendatzearekiko erreakzioak esker txarreko kutsua izan zuen: gutxitan bisitatzen zuen Sri Yukteswar berriro! Nire lagunak esan zidan egun batean hain damutzen zela bere aurreko bizimoduaz, ezen lotsatzen baitzen Maisuari aurre egiteaz.

Ondorioztatu nezakeen bakarra Sasiren gaixotasunak efektu kontrajarria izan zuela: haren borondatea gogortu eta jokabideak kaltetu zituela.

Scottish Church Collegen nire ikasturteko lehen bi urteak amaitzear zeuden. Nire ikasgelako asistentzia oso irregularra izan zen; ikasi nuen apurra nire familiarekin bakea mantentzeko baino ez zen. Nire bi tutore pribatuak aldizka etortzen ziren nire etxera; ni aldizka ez nengoen: behintzat, aldizkatasun hori antzeman dezaket nire ibilbide akademikoan!

Indian, bi urte arrakastatsu unibertsitatean Arte Ederretako diploma lortzen da; ikasleak beste bi urte eta AB titulua espero ditzake ondoren.

Arte Ertainen azken azterketak mehatxuz beterik zeuden. Purira ihes egin nuen, non nire gurua aste batzuk ematen ari zen. Lausoki espero nuen nire ez agertzea onartuko zuela... finaletan, nire prestatugabekeria lotsagarria kontatu nion.

Baina Maisuak irribarre kontsolatzaile bat egin zuen. "Bihotz-bihotzez bete dituzu zure betebeharrak, eta ezin izan duzu saihestu zure unibertsitateko lana alde batera uztea. Jarri arretaz zure liburuei hurrengo astean: zure proba gogorra gaindituko duzu huts egin gabe."

Kalkutara itzuli nintzen, noizean behin sortzen ziren zalantza arrazoizko guztiak

gogor ezkutatz, iseka urduri batekin. Mahai gainean nuen liburu mendia aztertzean, basamortuan galdutako bidaiari bat bezala sentitu nintzen. Meditazio denbora luze batek lana aurrezten zidan inspirazioa ekarri zidan. Bakoitza irekitzeak... liburua ausaz, horrela agerian zeuden orrialdeak bakarrik aztertu nituen. Astean zehar hemezortzi orduz ikastaro hau jarraituz, ondorengo belaunaldi guztiei irakurtzeko artean aholkuak emateko eskubidea nuela uste nuen.

Azterketa-aretoetan eman nituen hurrengo egunek nire itxuraz ausazko prozedura justifikatu zuten. Proba guztiak gainditu nituen, apur bat bada ere. Lagunen eta senideen zorionak, barregarriro, haien harridura salatzen zuten oihuekin nahastuta zeuden.

Puri-tik itzuli zenean, Sri Yukteswarrek sorpresa atsegina eman zidan. "Kalkutako ikasketak amaitu dituzu. Zure azken bi urteko unibertsitateko lanak hemen bertan, Serampore-n, egiten jarraitzeaz arduratuko naiz ."

Harrituta geratu nintzen. «Jauna, ez dago Arte Lizentziaturarik herri honetan». Serampore College-k, goi-mailako ikasketak egiten zituen erakunde bakarrak, bi urteko Arte Ertainetako ikastaroa baino ez zuen eskaintzen.

Maisuak irribarre maltzur bat egin zuen. "Zaharregia naiz zuretzat AB unibertsitate bat sortzeko dohaintzak biltzen hasteko. Uste dut beste norbaiten bidez konpondu beharko dudala kontua."

Bi hilabete geroago, Howells irakasleak, Serampore Collegeko presidenteak, publikoki iragarri zuen lau urteko ikastaro bat eskaintzeko adina diru bildu zuela. Serampore College Kalkutako Unibertsitatearen sukurtsal bihurtu zen. Ni izan nintzen Serampore-n AB hautagai gisa matrikulatu zen lehen ikasleetako bat.

"Guruji, zein jatorra zaren nirekin! Kalkuta utzi eta egunero Serampore-n zure ondoan egoteko irrikitan nago. Howells irakasleak ez du amesten zenbat zor dion zure isilpeko laguntzari!"

Sri Yukteswarrek itxurazko zorrotasun batekin begiratu zidan. «Orain ez duzu hainbeste ordu eman beharko trenetan; zenbat denbora libre duzun zure ikasketetarako! Agian azken orduko ikasle izatetik behera joango zara eta ikasle izatera pasatuko zara». Baina nolabait bere tonuak ez zuen konbentzimendurik.

.....
17-1 : Barruan 1936an Ni entzun -tik bat lagun hori Sasi zen oraindik barruan bikaina osasuna.

KAPITULUA: 18 urte

A Mahomatarra Mirari- langilea

"Duela urte batzuk, orain okupatzen duzun gela honetan bertan, mahomatar mirari-egile batek lau mirari egin zituen nire aurrean!"

Sri Yukteswar egina hau harrigarria adierazpen zehar bere lehenengo bisitatu ra nire berria laurdenak.

Panthi izeneko ondoko pentsio batean gela hartu nuen . Adreiluzko jauregi zahar bat zen, Ganges ibaiaren aurrean.

«Maisu, zer kasualitatea! Benetan oroitzapenez betetako horma berri hauek?» Nire gela xumeki altzariz betea begiratu nuen, interesa piztuta.

Fakirraren izena **18-1** » Afzal Khan zen. Bere botere apartekoak yogi hindu batekin izandako topaketa kasual baten bidez eskuratu zituen.

«'Seme, egarri naiz; ekarri ura pixka bat'. Hautsak hartutako *sannyasi batek* eskaera hau egin zion Afzalei egun batean, Bengala ekialdeko herrixka txiki batean, haurtzaroan zegoela.

"Maisu, Ni naiz bat Mahomedarra. Nola ahal izan zu, bat Hindu, onartu bat edan -tik nire eskuak?

«Zure egiazkotasunak pozten nau, seme. Ez ditut betetzen jainkogabeko sektarismoaren bazterketa-arauak. Zoaz; ekarri ura azkar.»

"Afzalen errespetuzko obedientzia zen saritua egilea bat maitatzeko begirada -tik hau yogia.

«'Aurreko bizitzetatik karma ona duzu', esan zuen solemneki. 'Yoga metodo jakin bat irakatsiko dizut, erreinu ikusezin baten gaineko agintea emango dizuna. Zureak izango diren botere handiak helburu duinetarako erabili behar dira; ez erabili inoiz modu berekoian! Ikusten dut, tamalez! iraganetik joera suntsitzaileen hazi batzuk ekarri dituzula. Ez utzi ernetzen ekintza gaizto berriekin ureztatuz. Zure konplexutasuna... aurreko karma halakoa da, non bizitza hau erabili behar duzun zure lorpen yogikoak helburu humanitario gorenekin bateratzeko.

"Ondoren instrukzioa ematen hau harrituta mutila barruan bat konplikatu teknika, hau maisu desagertu egin zen.

"Afzalek hogeitaz jarraitu zuen bere yoga ariketa leialki. Bere mirariak arreta zabala erakartzen hasi ziren. Badirudi beti 'Hazrat' deitzen zuen espiritu gorpuzgabe batek lagunduta zebilela. Izaki ikusezin honek FAKIRRAREN desio txikiena betetzeko gai zen."

"Bere nagusiaren abisua alde batera utzita, Afzalek bere botereak gaizki erabiltzen hasi zen. Ukitzen zuen eta gero berriro jartzen zuen edozein objektu laster desagertzen zen arrastorik gabe. Gertaera kezkarri honek normalean musulmana gonbidatu desatsegin bihurtzen zuen!"

Kalkutako bitxi-denda handiak bisitatzen zituen noizean behin, erosle posible gisa aurkeztuz. Eskuetan zuen edozein bitxi desagertzen zen denda utzi eta gutxira.

"Afzal ehunka ikaslez inguratuta egoten zen askotan, bere sekretuak ikasteko itxaropenak erakarrita. *Fakirrak* noizean behin berarekin bidaiatzera gonbidatzen zituen. Tren geltokian txartel sorta bat ukitzea lortzen zuen. Hauek enplegatuari itzultzen zizkion, esanez: 'Iritziz aldatu dut, eta ez ditut orain erosiko'. Baina bere segizioarekin trenera igotzen zenean, Afzal beharrezko txartelak eskura izaten zituen. **18-2**"

"Balintz hauek haserre bizian zegoen iskanbila; Bengalako bitxigileak eta txartel-saltzaileak nerbio-krisiak jasaten ari ziren! Afzal atxilotu nahian zebiltzan poliziak ezinegon aurkitu ziren; *fakirrak* froga inkriminatzaileak kendu zitzakeen esanez: 'Hazrat, eraman hau hemendik'".

Sri Yukteswar bere eserlekutik altxatu eta Ganges ibaira begira zegoen nire gelako balkoira joan zen. Jarraitu nion, mahometar zozketa harrigarrirei buruz gehiago entzuteko irrikaz.

" *Panthi* etxe hau lehen nire lagun batena zen. Afzal ezagutu zuen eta hona etortzeko eskatu zion. Nire lagunak hogeit bat bizilagun ere gonbidatu zituen, ni barne. Gaztea nintzen orduan, eta jakin-min bizia nuen *fakir ospetsuarekiko* ". Maisuak barre egin zuen. "Kontuz ibili nintzen ezer baliotsurik ez janzteko! Afzalek jakin-minez begiratu zidan, eta gero esan zuen:

«Esku indartsuak dituzu. Joan behera lorategira; hartu harri leun bat eta idatzi zure izena gainean klarionarekin; gero bota harria ahalik eta urrunen Ganges ibaira.»

"Obeditu egin nuen. Harria uhin urrunen azpian desagertu bezain laster, musulmanak berriro hitz egin zidan:

"Bete" bat lapiko -rekin Ganges ura gertu hau aurrealdea -ren hau etxea.

"Ondoren Ni izan itzuli -rekin bat ontzi -ren ura, hau *fakir* negar egin zuen, Hazrat, jarri hau harri barruan hau lapikoa!

"Harria berehala agertu zen. Ontzitik atera nuen eta nire sinadura irakurgarria zen une hartan bezala ikusi nuen." Nik idatzi nuen.

"Babu, 18-3" Gelan zegoen nire lagun batek urrezko erloju zahar astun bat eta katea zeramatzan soinean. Fakirrak *miresmen* kezka garritz aztertu zituen. Laster desagertu ziren!

"Afzal, mesedez itzuli nire preziatua ondare bat! Babu zen ia barruan malkoak.

"Muhammadarra estoikoki isilik egon zen denbora batez, eta gero esan zuen: 'Bostehun errupia dituzu burdinazko kutxa gotor batean. Ekarri itzazu, eta esango dizut non kokatu behar duzun zure erlojua'."

"Babu etsitua berehala joan zen etxera. Laster itzuli eta Afzalek behar zuen diru-kopurua eman zion."

«'Zoaz zure etxetik gertu dagoen zubi txikira', agindu zion *fakirrak* Baburi. 'Eskatu Hazrati erlojua eta katea emateko.'»

"Babua presaka urrun. Piztuta bere itzuli, bera zen jantzita bat irribarre -ren erliebea eta ez bitxiak edozein dela ere.

«Hazrati agindu bezala agindu nionean», iragarri zuen, «nire erlojua aietik erori zitzaidan eskuineko eskura! Ziur egon zaitezke ondarea nire kutxa gotorrean giltzapetu nuela hemengo taldera itzuli aurretik!»

Baburen lagunek, erloju baten trukeko erreskatearen komiko-tragediaren lekukoek, Afzaleri begira zeuden haserre. Orain lasaitzeko moduan hitz egin zuen.

"Mesedez izena edozein edan zu nahi Hazrat borondatea ekoiztu hori.

"Batzuek esnea eskatu zuten, beste batzuek fruta-zukuak. Ez nintzen gehiegi harritu urduri zegoen Babu-ak whiskya eskatu zuenean! Mahomadarrak agindua eman zuen; Hazrat atseginak ontzi itxiak airean behera bidali zituen eta lurrera erori. Gizon bakoitzak nahi zuen edaria aurkitu zuen."

"Eguneko laugarren balentria ikusgarriaren promesak, zalantzarik gabe, gure ostalariarentzat atsegina izan zen: Afzalek berehalako bazkaria eskaintzea eskaini zuen!"

«'Eskatu ditzagun plater garestienak', proposatu zuen Babuk triste. 'Nire bostehun errupien truke otordu landu bat nahi dut! Dena urrezko plateretan zerbitzatu beharko litzateke!'"»

"Gizon bakoitzak bere lehentasunak adierazi bezain laster, *fakirrak* Hazrat agortezinarengana zuzendu zen. Zarata handi bat entzun zen; urrezko platerak, modu korapilatsuan prestatutako curryz, *luchi beroz* eta sasoiko fruta askorekin beteak, inondik inora erori ziren gure oinetara. Janari guztia goxoa zen. Ordubetez oturuntza egin ondoren, gelatik irteten hasi ginen. Zarata izugarri batek, platerak pilatzen ari balira bezala, buelta emanarazi zigun. Hara! ez zegoen plater distiratsuen edo otorduaren hondarren arrastorik."

«Guruji», eten nion, «Afzalek urrezko platerak bezalako gauzak erraz eskura bazituen, zergatik irrikatu zituen besteen ondasunak?»

« *Fakirra* ez zegoen oso garatuta espiritualki», azaldu zuen Sri Yukteswarrek. «Yoga teknika jakin bat menderatzeak edozein desio berehala gauzatzen den plano astral baterako sarbidea ematen zion. Hazrat izaki astral baten bidez, musulmanak dei zitzakeen...» edozein objekturen atomoak energia eterikotik borondate indartsuaren ekintza baten bidez. Baina astralki sortutako objektu horiek egituraz desagertu egiten dira; ezin dira denbora luzez mantendu. Afzalek oraindik ere munduko aberastasuna irrikatzen zuen, eta horrek, zailago irabazten den arren, iraunkortasun fidagarriagoa du.

Ni barre egin zuen. "Hori ere batzuetan desagertzen da gehien ulertezinki!

«Afzal ez zen Jainkoaren errealizazioa zuen gizona», jarraitu zuen Maisuak. «Benetako santuek egiten dituzte betiko eta onuragarriak diren mirariak, Sortzaile ahalguztidunari egokitu zaizkiolako. Afzal gizon arrunta besterik ez zen, heriotzara arte hilkorrek normalean sartzen ez zuten eremu sotil batean sartzeko ahalmen apartekoa zuena».

"Nik ulertu orain, Guruji. The ondoongo mundua agertzen da ra izan batzuk xarmangarri ezaugarriak."

Maisuak baiezkoa eman zuen. «Ez nuen Afzal inoiz ikusi egun hartatik aurrera, baina urte batzuk geroago Babu etorri zitzaidan etxera, musulmanaren aitorpen publikoaren egunkariko berri bat erakusteko. Bertatik jakin nituen Afzalen hasierako hastapenari buruz kontatu berri dizkizudan datuak, guru hindu batengandik».

Argitaratutako dokumentuaren azken zatiaren funtsa, Sri Yukteswarrek gogoratu zuen bezala, honako hau zen: "Nik, Afzal Khanek, hitz hauek penitentzia ekintza gisa eta bilatzen dutenentzako abisu gisa idazten ari naiz". botere miragarrien jabekuntza. Urteetan zehar Jainkoaren eta nire maisuaren graziaz eman zizkidaten gaitasun miragarriak gaizki erabili ditut. Egoismoz mozkortu nintzen, moralaren ohiko legeetatik haratago nengoela sentituz. Nire kontuak emateko eguna azkenean iritsi zen.

"Duela gutxi, Kalkutako kanpoaldeko errepide batean gizon zahar bat ezagutu nuen. Herrenka zihoan, urrezko itxura zuen objektu distiratsu bat eskuan zuela. Bihotzeko irrikaz hitz egin nion."

"Nik naiz Afzal Khan, hau bikaina *fakir* . Zer? izan zu hor?

«Urrezko bola hau da nire aberastasun material bakarra; ezin dio *fakir bati inolako interesik sortu* . Erregutzen dizut, jauna, nire Herrenka sendatzeko.»

"Pilota ukitu eta erantzunik gabe alde egin nuen. Agureak Herrenka jarraitu zidan. Laster oihiu egin zuen: 'Nire urrea joan da!'"

"Nik jaramonik egin ez nionez, bat-batean ahots estentoriotso batez hitz egin zuen, bere gorputz hauskorretik modu bitxian ateratzen zena :

"Egin" zu ez ezagutu ni?

"Aho zabalik geratu nintzen, izututa berandu aurkitu nuenean, zahar eta elbarri itsusi hau aspaldi-aspaldi yoga praktikatzen hasi ninduen santu handia zela. Zuzendu egin zen; berehala sendotu eta gaztetu egin zitzaion gorputza."

«'Beraz!' Nire guruaren begirada sutua zen. 'Nire begiekin ikusten dut zure botereak erabiltzen dituzula, ez sufritzen ari den gizateria laguntzeko, baizik eta lapur arrunt bat bezala harrapatzeko! Zure okulto-dohainak kentzen dizkizut; Hazrat orain askatuta dago zugandik. Ez zara gehiago beldurgarria izango Bengalan!'"»

"Hazrat-i dei egin nion atsekabetuta; lehen aldiz, ez zen nire barne-ikuspegian agertu. Baina bat-batean belo ilun bat altxatu zen nire baitan; argi ikusi nuen nire bizitzaren blasfemia."

«'Nire guru, eskerrik asko nire engainu luzea uxatzeko etortzeagatik'. Negarrez ari nintzen haren oinetan. 'Nire munduko anbizioak alde batera utziko ditudala hitz ematen dizut. Mendietara erretiratuko naiz Jainkoarenganako meditazio bakartia egitera, nire iragan gaiztoa barkatzeko asmoz'.

«Nire nagusiak isilpeko errukiaz begiratu zidan. 'Zure zintzotasuna sentitzen dut', esan zuen azkenean. 'Lehenagoko obedientzia zorrotzagatik eta oraingo damuagatik,

bedeinkapen bat emango dizut. Zure beste botereak desagertu egin dira, baina janaria eta arropa behar dituzunean, Hazrat-i arrakastaz eska diezaiokezu horiek emateko. Bihotz-bihotzez eskaini zeure burua jainkozko lanari». ulermena mendiko bakardadeetan.'

"Nire gurua desagertu egin zen orduan; ni negarrez eta gogoetak egiten utzi ninduen. Agur, mundua! Maite Kosmikoaren barkamena eskatzera noa."

18-1 : A Musulman yogia; -tik hau Arabiera *faqir* , pobrea; jatorriz aplikatua ra derbitxeak azpian bat zin -ren pobrezia.

18-2 : Nire aita geroago esan ni hori bere enpresa, hau Bengala-Nagpur Trenbidea, izan izan bat -ren hau enpresak biktima Afzal Khanek idatzia.

18-3 : Ni egin ez gogora ekarri hau izena -ren Sri Yukteswarren lagun, eta behar erreferentzia egin ra bera besterik gabe bezala "Babua" (Jauna).

KAPITULUA: 19

Nire Maisu, Barruan Kalkuta, Agertzen da Barruan Serampore

"Askotan zalantza ateoek jazartzen naute. Hala ere, batzuetan susmo mingarri batek jazartzen nau: ez al dira existitzen arimaren aukera ustiatsu gabeak? Ez al du gizakiak bere benetako patua galtzen horiek esploratzen ez baditu?"

Dijen Baburen, *Panthi* ostatuko nire gelakidearen, adierazpen hauek nire guruarekin biltzeko egin nion gonbidapenak eragin zituen.

Kriya Yogan hasiko zaitu », erantzun nion. «Jainkozko barne-ziurtasun baten bidez, dualismoaren nahasmena baretzen du».

Arratsalde hartan Dijenek ermitara lagundu ninduen. Maisuaren presentzian, nire lagunak hainbesteko bake espiritualak jaso zuen, ezen laster bisitari etengabea bihurtu baitzen. Eguneroko bizitzako kezka hutsalak ez dira nahikoak gizakiarentzat; jakinduria ere berezko gosea da. Sri Yukteswarren hitzetan, Dijenek pizgarri bat aurkitu zuen saiakera horietarako -lehenengo mingarriak, gero ahaleginik gabe askatzaileak- benetakoago den ni bat aurkitzeko barnean. bere bularra jaiotza aldi baterako baten ego umiliagarria baino, gutxitan nahikoa Izpirituarentzat.

Dijenek eta biok Serampore Collegen AB ikastaroa egiten ari ginenez, ohitura hartu genuen klaseak amaitu bezain laster ashramera elkarrekin ibiltzeko. Askotan ikusten genuen Sri Yukteswar bere bigarren solairuko balkoian zutik, irribarre batekin ongi etorria ematen zigula.

Arratsalde batean, Kanai ermita bateko bizilagun gazte bat, Dijek eta biok atean topatu gintuen berri etsigarriekin.

"Maisua da ez hemen; bera zen deitua ra Kalkuta egilea bat premiazko oharra."

Hurrengo egunean nire guruarengandik postal bat jaso nuen. "Asteazken goizean irtengo naiz Kalkutatik", idatzi zidan. "Zuk eta Dijenek bederatzietako trena hartuko duzue Serampore geltokian".

Asteazken goizeko zortziak eta erdiak aldera, Sri Yukteswarren mezu telepatiko bat etorri zitzaidan burura etengabe: "Atzeratuta nago; ez iritsi bederatzietako trenera".

Ni helarazi hau azken argibideak ra Dijen, MOE zen dagoeneko jantzita -rako irteera.

«Zu eta zure intuizioa!», esan zuen nire lagunaren ahotsak mespretxuz. «Nahiago dut Maisuaren idatzizko hitzean konfiantza izan».

Sorbaldak jaso eta isil-isilik eseri nintzen, behin betiko erabakiz. Haserre marmarka, Dijen ateraino abiatu eta zarata handiz itxi zuen atzean.

Gela nahiko iluna zenez, kalera ematen zuen leihorantz hurbildu nintzen. Eguzki-argi eskasa bat-batean distira biziz handitu zen, eta burdinazko leihoa erabat desagertu zen. Atzealde liluragarri honen aurrean, Sri Yukteswarren irudia agertu zen, argi eta garbi materializatuta!

Harrituta eta harrituta, aulkitik altxatu eta haren aurrean belaunikatu nintzen. Nire guruaren oinetan errespetuzko agur keinu ohiarekin, haren oinetakoak ukitu nituen. Ezagunak zitzaizkidan, laranja koloreko mihisezkoak, sokaz zolatuak. Bere okre koloreko swami oihalak igurtzi egin ninduen; ez nuen soilik haren jantziaren ehundura sentitu, baita oinetakoen gainazal zikinak eta haren behatzen presioa ere haien barruan. Harrituta hitzik esateko, zutitu eta galdezka begiratu nion.

«Pozik nago nire mezu telepatikoa jaso izanaz». Maisuaren ahotsa lasaia zen, guztiz normala. «Nire negozioak Kalkutan amaitu ditut orain, eta hamarretako trenean iritsiko naiz Serampore-ra».

Nik oraindik isilpean begira nengoela, Sri Yukteswarrek jarraitu zuen: "Hau ez da agerpen bat, nire haragi eta odol forma baizik. Jainkoz agindu didate esperientzia hau emateko, lurrean lortzea oso arraroa dena. Bila nazazu geltokian; zuk eta Dijenek zuengana etortzen ikusiko nauzue, orain bezala jantzita. Aurretik bidaiari bat joango zait: zilarrezko pitxer bat daraman mutiko txiki bat".

Taba Asi " hitzekin amaitu zuenean , **19-1** Burrumba berezi bat entzun nuen. **19-2** Bere gorputza pixkanaka urtzen hasi zen argi sarkorrarekin. Lehenik oinak eta hankak desagertu egin ziren, gero enborra eta burua, bildutako pergamino bat bezala. Azkeneraino, bere hatzak nire ilearen gainean astiro-astiro sentitzen nituen. Distira desagertu egin zen; ez zen ezer geratu nire aurrean, leiho hesitua eta eguzki-izpi zurbil bat izan ezik.

Nahasmen erdi-txoro batean geratu nintzen, haluzinazio baten biktima izan ote nintzen zalantzan jarritz. Dijen etsitua sartu zen laster gelan.

«Jauna ez zegoen bederatzietako trenean, ezta bederatzi eta erdietakoan ere». Nire

lagunak barkamen eskeapur batekin egin zuen iragarpena.

«Zatoz orduan; badakit hamarretan iritsiko dela». Dijenen eskua hartu eta indarrez eraman nuen nirekin batera, haren protestei jaramonik egin gabe. Hamar minutu ingururen buruan geltokira sartu ginen, non trena jada gelditzen ari zen.

«Tren osoa Maisuaren auraren argiz beteta dago! Hor dago!», oihu egin nuen pozik. «Horrela amesten duzu?», barre egin zuen Dijenek iseka eginez.

«Itxaron dezagun hemen». Lagunari gure guruak nola hurbilduko zitzaigun azaldu nion. Deskribapena amaitu nuenean, Sri Yukteswar agertu zen, duela gutxi ikusi nituen arropa berberak jantzita. Zilarrezko pitxer bat zeraman mutil txiki baten atzetik poliki zihoan.

Une batez, beldur hotz baten olatu batek zeharkatu ninduen, nire esperientziaren arrarotasun paregabearen aurrean. XX. mendeko mundu materialista niregandik ihes egiten sentitu nuen; antzinako garaietan ote nengoen, Jesus itsasoan Pedroren aurrean agertu zenean?

Sri Yukteswar, Yogi-Kristo moderno bat, Dijen eta biok hitzik gabe errotuta geunden lekura iritsi zenean, Maisuak irribarre egin zion nire lagunari eta esan zion:

"Nik bidalia zu bat mezua ere, baina zu ziren ezin ra heldu hori."

Dijen isilik zegoen, baina susmopean begiratu zidan. Gure gurua bere ermitaraino lagundu ondoren, laguna eta biok Serampore Collegerantz abiatu ginen. Dijen kolean gelditu zen, haserrea poro guztietatik zeriola.

"Beraz! Maisua bidalia ni bat mezua! Hala ere zu ezkutuan hura! Ni eskaera bat azalpena!"

«Ezin dut lagundu zure ispilu mentala hain urduri jartzen bada, non gure guruaren argibideak ezin dituzun erregistratu?», erantzun nion.

Haserrea desagertu egin zen Dijen aurpegitik. «Ulertzen dut zer esan nahi duzun», esan zuen atsekabetuta. «Baina azaldu, mesedez, nola jakin zenezakeen pitxerra zuen haurrari buruz».

Goizean Maisuak pentsioan izan zuen agerraldi harrigarriaren istorioa amaitu nuenerako, laguna eta biok Serampore Collegera iritsi ginen.

«Gure guruaren botereei buruz entzun berri dudak kontakizunak», esan zuen Dijenek, «munduko edozein unibertsitate haurtzaindegi bat besterik ez dela sentiarazten dit».

19-1 : The Bengalera "Agur"; literalki, hura da bat itxaropentsu paradoxa:

"Orduan Ni zatoz." 19-2: Gorputzeko atomoen desmaterializazioaren soinu

bereizgarria.

KAPITULUA: 20

Gu Egin Ez Bisitatu Kaxmir

"Aita, Maisua eta lau lagun gonbidatu nahi ditut udako oporretan Himalaiako mendietara nirekin batera joateko. Kashmirerako sei tren txartel eta bidaia gastuak estaltzeko adina diru izan al ditzaket?"

Espero nuen bezala, aitag bihotzez barre egin zuen. "Hirugarren aldia da istorio bera kontatzen didazula. Ez al zenuen antzeko eskaerarik egin joan den udan, eta aurreko urtean? Azken unean, Sri Yukteswarjik uko egin dio joateari".

"Egia da, Aita; ez dakit zergatik ez didan nire guruak bere hitz zehatza ematen Kashmirri buruz. **20- 1** Baina esaten badiot dagoeneko txartelak lortu ditudala zuregandik, nolabait uste dut oraingoan bidaia egitea onartuko du."

Aita ez zegoen konbentzituta une hartan, baina hurrengo egunean, txantxa umoretsu batzuen ondoren, sei txartela eta hamar errupiako billete sorta bat eman zizkidan.

"Nik ia ez pentsatu zure teorikoa bidaia beharrak halako praktikoa atrezzoa," bera ohartarazi zuen, "baina hemen haiek dira."

Arratsalde hartan nire harrapakinak Sri Yukteswarri erakutsi nizkion. Nire ilusioaz irribarre egin bazuen ere, bere hitzak ez ziren konprometitu: "Joan nahi nuke; ikusiko dugu". Ez zuen ezer esan bere ermitako dizipulu txikia, Kanai, gurekin joateko eskatu nionean. Beste hiru lagun ere gonbidatu nituen: Rajendra Nath Mitra, Jotin Auddy eta beste mutil bat. Gure irteera hurrengo astelehenean jarri genuen.

Larunbatean eta igandean Kalkutan egon nintzen, non lehengusu baten ezkontza-errituak ospatzen ari ziren nire familiaren etxean. Astelehen goizaldean iritsi nintzen Serampore-ra nire ekipajearekin. Rajendrak baselizaren atean jaso ninduen.

"Maisua da kanpoan, oinez. Bera du ukatu egin ra joan."

Berdin atsekabetuta eta tematuta nengoen. «Ez diot aitari hirugarren aukerarik emango Kashmirrentzako ditudan plan kimerikoak iseka egiteko.

Zatoz; gainerakoak joango gara nolanahi ere».

Rajendra ados; Ni ezkerrean hau ashrama ra aurkitu bat morroi. Kanai, Ni bazekien, egingo nuke ez hartu hau bidaia

Nagusirik gabe, eta norbait behar zen ekipajea zaintzeko. Behari etorri zitzaidan gogora, lehenago nire familiaren etxeko morroia zena, orain Seramporeko eskola-maisu batek kontratatzen zuena. Bizkor nindoala, nire guruarekin topo egin nuen Serampore Epaitegitik gertu dagoen kristau elizaren aurrean .

"Non dira zu zoaz?" Sri Yukteswarren aurpegia zen irribarrerik gabe.

"Jauna, entzun dut zuk eta Kanaik ez duzuela egingo planifikatzen ari ginen bidaia. Behari bilatzen ari naiz. Gogoratuko duzu iaz hain zegoen irrikaz Kashmir ikusteko, ezen ordaindu gabe zerbitzatzeko eskaintza ere egin zuela."

«Gogoratzen dut. Hala ere, ez dut uste Behari joateko prest

egongo denik». Haserre nengoen. «Aukera honen zain dago

irrikaz!»

Nire guruak isilik jarraitu zuen bere ibilbideari; laster iritsi nintzen eskola-maisuaren etxera. Beharik, patioan, atsegin handiz agurtu ninduen, eta berotasun horrek bat-batean desagertu egin zen Kashmir aipatu nuenean. Barkamena eskatuz marmarratuta, morroiak alde egin eta bere nagusiaren etxera sartu zen. Ordu erdi itxaron nuen, urduri neure buruari ziurtatuz Behariren atzerapena bere bidaiaren prestaketengatik zela. Azkenean, atea jo nuen.

«Behari duela hogeita hamar minutu inguru eskailera atzekoetatik irten zen», esan zidan gizon batek. Irribarre txiki bat ageri zitzaion ezpainetan.

Triste alde egin nuen, ea nire gonbidapena gehiegi behartua izan ote zen edo Maisuaren eragin ikusezinaren eragina lanean ari ote zen galdezka. Eliza kristauaren ondotik pasatzean, berriro ikusi nuen nire gurua poliki-poliki niregana hurbiltzen. Nire txostena entzuteko itxaron gabe, oihu egin zuen:

"Beraz Behari egingo nuke ez joan! Orain, zer dira zure planak?"

Aita nagusiaren aurka egiteko erabakita dagoen haur temati bat bezala sentitu nintzen. "Jauna, osabari bere morroia, Lal Dhari, uzteko eskatuko diot."

«Ikusi zure osaba nahi baduzu», erantzun zuen Sri Yukteswarrek barre txiki batekin. «Baina ez dut uste bisitaz gozatuko duzunik».

Kezkatuta baina errebelde, nire gurua utzi eta Seramporeko Epaitegia sartu nintzen. Nire aitaren aldeko osabak, Sarada Ghosh gobernuaren abokatuak, maitasunez hartu ninduen.

«Gaur lagun batzuekin Kaxmirrera noa», esan nion. «Urteak daramatzat

Himalaiako bidaia honen zain».

"Pozten naiz zuregatik, Mukunda. Egin al dezaket ezer zure bidaia erosoagoa izan dadin?"

Hauek mota hitzak eman ni bat igogailu -ren animoak. "Maitea osaba," Ni esan zuen, "ahal izan" zu agian ordezeko

ni zure morroi, Lal Dhari?"

Nire eskaera soilak lurrikara baten efektua izan zuen. Osabak hain bortizki salto egin zuen, ezen bere aulkia irauli baitzen, mahaiko paperak alde guztietara hegan egin baitzuten, eta bere pipa, koko-zurtoin luzeko hubble-bubble bat, lurrera erori zen zarata handi batekin.

«Gazte berekoi hori!», oihu egin zuen, haserre bizian, «ideia absurdoa! Nork zainduko nau, nire morroia zure plazer-bidaietako batean eramaten baduzu?»

Nire harridura ezkutatu nuen, nire osaba jatorraren aurpegi aldaketa bat-batekoa ulertezintasunean erabat eskainitako egun bateko beste enigma bat besterik ez zela pentsatuz. Epaitegiko bulegotik nire erretiratzea duintasuna baino bizkorragoa izan zen.

Ermita itzuli nintzen, non nire lagunak itxaropenez bilduta zeuden. Gero eta uste handiagoa nuen Maisuaren jarreraren atzean motibo ezkutatu bat zegoela, nahiz eta nahiko ezkutua izan. Damuak hartu ninduen nire guruaren nahia zapuzten saiatu nintzelako.

«Mukunda, ez al zenuke nirekin denbora gehiagoz geratu nahi?», galdetu zuen Sri Yukteswarrek. «Rajendra eta besteek aurrera egin dezakete orain, eta Kalkutan itxarongo zaituzte. Denbora asko izango dugu Kalkutatik Kashmirrera doan azken arratsaldeko trena hartzeko».

"Jauna, Ni ez egin zaintza ra joan gabe zu," Ni esan zuen tristeki.

Nire lagunak ez zioten batere jaramonik egin nire oharrari. Alforja bat deitu eta ekipaje guztiarekin alde egin zuten. Kanai eta biok isilik eseri ginen gure guruaren oinetan. Ordu erdiko isiltasun osoa egin ondoren, Maisua jaiki eta bigarren solairuko jantokiko patiorantz abiatu zen.

"Kanai, mesedez zerbitzatu Mukundaren janaria. Bere trena hostoak laster."

Manta-eserlekutik altxatu nintzenean, bat-batean goragalearekin eta urdailean ikaragarritzko nahasmendu sententzioarekin estropezu egin nuen. Labankada-mina hain zen bizia, ezen infernu bortitz batera jaurti nindutela sentitu nuen. Itsu-itsuan nire guruarengana hurbilduz, haren aurrean erori nintzen, Asiako kolera izugarriaren sintoma guztiek erasotuta. Sri Yukteswarrek eta Kanaik egongelara eraman ninduten.

Mina larriz jota, oihu egin nuen: "Maisu, nire bizitza eskaintzen dizut"; izan ere, uste bainuen nire gorputzaren ertzetik azkar alde egiten ari zela.

Sri Yukteswar jarri nire burua piztuta bere magalean, laztantzen nire kopetan -rekin

aingeru samurtasuna.

«Orain ikusten duzu zer gertatuko zen lagunekin geltokian egon bazina», esan zuen.
«Modu arraro honetan zaindu behar izan zaitut, bidaia une honetan egiteari buruzko nire iritzia zalantzan jartzea erabaki zenuen eta».

Azkenean ulertu nuen. Maisu handiek gutxitan ikusten dutenez egoki beren botereak agerian erakustea, kasualitate batek behatzaile -ren hau eguneko ekitaldiak egingo nuke izan imajinatu hori haien sekuentzia zen nahiko naturala.

Nire guruaren esku-hartzea susmagarria izateko sotilegia izan zen. Bere nahia Behariren, nire osaba Saradaren, Rajendraren eta besteen bidez gauzatu zuen hain modu diskretuan, ezen ziurrenik denek uste baitzuten egoerak logikoki normalak zirela.

Sri Yukteswarrek bere gizarte-betebeharrak beti betetzen ez zituenenez, Kanairi espezialista baten bila joateko eta nire osabari abisatzeko agindu zion.

"Maisua," Ni protestatu zuen, "bakarrik zu ahal sendatu ni. Ni naiz ere urrun joan -rako edozein medikua."

"Haurtxo, Jainkozko Errukiak babesten zaitu. Ez kezkatu medikuaz; ez zaitu egoera honetan aurkituko. Sendatua zaude jada."

Nire guruaren hitzekin, sufrimendu ikaragarria alde batera utzi ninduen. Ahulki eseri nintzen. Laster mediku bat iritsi zen eta arretaz aztertu ninduen.

«Badirudi okerreina igaro duzula», esan zuen. «Lagin batzuk eramango ditut nirekin laborategiko probetarako».

The jarraituz goiza hau medikua iritsi presaka. Ni zen eserita gora, barruan ona espirituak.

«Beno, bueno, hemen zaude, irribarrez eta hizketan, heriotzarekin gertuko egoerarik izan ez bazenu bezala». Eskua astiro laztandu zidan. «Ez nuen espero bizirik aurkitzea, laginetatik zure gaixotasuna Asiako kolera zela jakin ondoren. Zortea duzu, gazte, jainkozko sendatzeko ahalmenak dituen guru bat edukitzeagatik! Konbentzituta nago!»

Bihotzez baiezkoka eman nion. Medikua alde egiteko prestatzen ari zela, Rajendra eta Auddy agertu ziren atean. Haien aurpegiko haserrea erruki bihurtu zen medikuari eta gero nire aurpegi ahul samarrari begiratzean.

"Gu ziren haserre noiz zu ez egin bira gora bezala adostu -n hau Kalkuta tren. Zu izan izan gaixo?"

«Bai». Ezin izan nion barreari eutsi lagunek ekipajea atzo bertan utzi zuten txoko berean utzi zutenean. Nik aipatu nuen: «Bazen Espainiara joan zen itsasontzi bat; iritsi zenean, berriro itzuli zen!».

Nagusia gelara sartu zen. Sendatzen ari zen baten askatasuna eman nion neure buruari, eta maitasunez heldu nion eskua.

«Guruji», esan nion, «hamabi urtetik aurrera, hainbat saiakera egin ditut Himalaiara iristeko, eta ez dut lortu. Azkenean konbentzituta nago zure bedeinkapenik gabe Parvati Jainkosa **20-2** ez naute hartuko!

.....
20-1 : Nahiz eta Maisua huts egin du ra egin edozein azalpena, bere erresistentzia ra bisitatu Kaxmir zehar horiek bi udak agian han gaixotasunerako unea ez zela heldua aurreikusitakoa izan zitekeen (ikus 22. kapitulua).

20-2 : Literalki, "-ren hau mendiak». Parvati, mitologikoki ordezkatuta bezala bat alaba -ren Himavat edo hau sakratua

KAPITULUA: 21

Gu Bisitatu Kaxmir

«Orain nahikoa indartsu zaude bidaiatzeko. Kashmirrera lagunduko dizut», jakinarazi zidan Sri Yukteswarrek Asiako koleratik sendatu nintzen modu miragarrian bi egun igaro ondoren.

Arratsalde hartan, sei laguneko gure taldeak iparralderantz abiatu zen. Gure lehen geldialdi lasaia Simlan izan zen, Himalaiako muinoen tronuan kokatutako hiri erregina batean. Kale aldapatsuetan zehar ibili ginen, ikuspegi zoragarriak miresten.

«Ingalaterrako marrubiak salgai», oihu egin zuen emakume zahar batek, merkatu ireki pintoresko batean eserita .

Maisuak jakin-mina piztu zuen fruta gorri txiki arraro haiek ikustean. Saski bat erosi eta Kanairi eta niri eskaini zigun, gertu geundenak. Baia bat dastatu nuen, baina presaka lurrera bota nuen.

"Jauna, zer bat garrantz fruta! Ni ahal izan inoiz ez bezala marrubiak!"

Nire guruak barre egin zuen. "Ai, gustatuko zaizkizu Amerikan. Han afari batean, zure etxekoandreak azukre eta esnegainarekin zerbitzatuko ditu. Baiak sardexka batekin xehatu ondoren, dastatu eta esango duzu: 'Zein marrubi goxoak!' Orduan gogoratuko duzu Simlako egun hau".

Sri Yukteswarren iragarpena nire burutik desagertu zen, baina berriro agertu zen han urte asko geroago, Amerikara iritsi eta gutxira. Alice T. Hasey andrearen (Yogmata ahizpa) etxean afaldu nuen gonbidatu gisa, West Somervillen, Massachusettsen. Marrubi postre bat mahai gainean jarri zutenean, nire etxekoandreak sardexka hartu eta baiak xehatu zizkidan, esnegaina eta azukrea gehituz. "Fruta nahiko garrantza da; uste dut horrela prestatuta gustatuko zaizula", esan zuen.

Aho bete bat hartu nuen. "Zer marrubi goxoak!" oihu egin nuen. Berehala sortu zen Simlako nire guruaren iragarpena oroitzapenen kobazulo ulertezin horretatik. Harrigarria zen konturatzea aspaldi Sri Yukteswarren Jainkoarekiko sintonizatutako adimenak sentikortasunez detektatu zuela etorkizunaren eterrean dabilzan gertaera karmikoen programa.

Gure taldeak laster utzi zuen Simla eta Rawalpindirako trena hartu zuen. Han, bi zaldik tiratutako landau handi bat alokatu genuen, eta bertan zazpi eguneko bidaia hasi genuen Srinagarrera, Kashmireko hiriburura. Iparralderako bidaiaren bigarren egunean, benetako Himalaia zabala ikusi genuen. Gure gurdiaren burdinazko gurpilak errepide bero eta harritsuetan kirrinka egiten zuten bitartean, mendien handitasunaren ikuspegi aldakorrekin liluratuta geunden.

"Jauna," Auddy esan zuen ra Maisu, "Nik naiz asko gozatzen hauek lorioso eszenak barruan zure santu enpresa."

Auddyren esker ona ikusita, plazer taupada bat sentitu nuen, bidaia honetan anfitrioi gisa aritzen bainintzen. Sri Yukteswarrek nire pentsamendua harrapatu zuen; niregana jiratu eta xuxurlatu zidan:

"Ez harrotu zeure burua; Auddy ez dago paisaiarekin hain liluratuta zigarro bat erretzeko adina denbora gurekin uztearen aukerak bezainbeste."

Txundituta geratu nintzen. «Jauna», esan nion ahots baxuan, «mesedez, ez hautsi gure harmonia hitz desatsegin hauekin. Zaila egiten zait sinestea Auddyk zigarro bat erretzeko gogo duenik». **21-1** Kezkatuta begiratu nion nire guru eutsi ezinari.

«Oso ondo; ez diot ezer esango Auddyri», barre egin zuen Maisuak. «Baina laster ikusiko duzu, landaua gelditzen denean, Auddyk azkar aprobetxatzen duela aukera».

Gurdia karabansera txiki batera iritsi zen. Gure zaldiak ura edatera eramaten zituzten bitartean, Auddyk galdetu zuen: "Jauna, axola al zaizu gidariarekin pixka bat ibiltzea? Kanpoko aire pixka bat hartu nahi nuke".

Sri Yukteswar eman baimena, baina esan zuen ra ni, "Berak nahi du fresko kea eta ez fresko airea."

Landauak bere aurrerapen zaratatsua jarraitu zuen hautsez estalitako errepideetan zehar. Nagusiaren begiak distiratsu zeuden; agindu zidan: "Lepoa luzatu kotxeko atetik eta ikusi zer egiten ari den Auddy airearekin".

Obeditu egin nion, eta harrituta geratu nintzen Auddy zigarro-kearen eraztunak arnasten ikustean. Sri Yukteswarri begirada barkamenezkoa eman nion.

«Beti bezala, arrazoi duzu, jauna. Auddyk arnasestuka gozatzen ari da panoramaz gain». Susmatu nuen... Nire lagunak taxilariarengandik opari bat jaso zuen; banekien Auddyk ez zuela zigarrorik ekarri Kalkutatik .

Labirinto itxurako bidetik jarraitu genuen, ibaien, haranen, amildegi malkartsuen eta mendi-maila ugarien ikuspegiek apainduta. Gauero ostatu rustikoetan gelditzen ginen, eta gure janaria prestatzen genuen. Sri Yukteswarrek arreta berezia jartzen

zuen nire dietarekin, otordu guztietan limoi zukua hartzea eskatuz. Ahul nengoen oraindik, baina egunero hobetzen ari nintzen, nahiz eta gurdi zaratatsua ondoezarako soilik diseinatuta egon.

Poztasun handiko itxaropenak bete zizkiguten bihotzak Kashmir erdialdera hurbiltzen ginen heinean; loto lakuen, lorategi flotagarrien, etxe-ontzi alaien, Jhelum ibaiaren eta lorez betetako larreen paradisua zen, guztiak Himalaiako handitasunak inguratuta. Srinagarrenerako bidea bide batetik egin genuen.

Zuhaitz altu eta atseginen etorbidea. Muino noblei begira zegoen bi solairuko ostatu batean logelak alokatu genituen. Ez zegoen ur korronterik eskuragarri; gertuko putzu batetik hartzen genuen hornidura. Udako eguraldia aproposa zen, egun epelekin eta gau hotz samarrak zituela.

Srinagarko Swami Shankararen antzinako tenplura erromesaldia egin genuen. Mendi-tontorreko ermita zeruaren kontra altxatuta ikusten nuen bitartean, transa extatiko batean erori nintzen. Lurralde urrun bateko muino gaineko jauregi baten ikuspegia agertu zitzaidan. Aurrean nuen Shankara ashrama garaia urte batzuk geroago Amerikan Self-Realization Fellowship-en egoitza ezarri nuen egitura bihurtu zen. Los Angeles lehen aldiz bisitatu nuenean eta Mount Washington-en gailurrean zegoen eraikin handia ikusi nuenean, berehala ezagutu nuen Kashmirren izandako ikuspegi luzeetatik eta... beste nonbait.

Egun batzuk Srinagarren; gero Gulmagera ("loreen mendiko bideak"), sei mila oin gorago. Han zaldi handi batean lehenengo aldiz ibili nintzen. Rajendra trosta txiki baten gainean jarri zen, zeinaren bihotza abiaduraren anbizioak piztuta zegoen. Khilanmarg oso aldapatsuan sartu ginen; bidea baso trinko batetik zihoan, zuhaitz-perretxikoz betea, non lainoz estalitako bideak askotan arriskutsuak ziren. Baina Rajendraren animalia txikiak ez zion inoiz nire zaldi erraldoiari une batez atsedean hartzen utzi, bihurgune arriskutsuetan ere ez. Aurrera, aurrera, nekaezin zetorren Rajendraren zaldia, lehiaren pozaz gain beste ezertaz jabetu gabe.

Gure lasterketa nekagarria ikuspegi liluragarri batek saritua izan zen. Bizitza honetan lehen aldiz, norabide guztietan begiratu nien Himalaia elurtu zoragarriei, mailaz maila, mendi erraldioen siluetak bezala. hartz zuriak. Nire begiek pozik gozatu zuten zeru urdin eguzkitsuen aurrean izotzez betetako mendi amaigabeez .

Alai ibili nintzen nire lagun gazteekin, denak berokiak jantzita, malda zuri distiratsuetan. Beheranzko bidean, urrunean lore horiko alfonbra zabal bat ikusi genuen, muino ilunak guztiz eraldatuz .

Hurrengo txangoak Jehangir enperadorearen errege-"atseden lorategi" ospetsuetara izan ziren, Shalimar eta Nishat Baghen. Nishat Bagheko jauregia ur-jauzi natural baten gainean eraikita dago. Mendietatik behera jaisten den uholdea gailu burutsuen bidez erregulatu da, terraza koloretsuetatik isurtzeko eta lore-ohe liluragarrien artean iturriak sortzeko. Erreka jauregiko hainbat geletara ere sartzen da, azkenean beheko lakura erortzen den maitagarri baten antzera. Lorategi erraldoiak kolore biziz beteta daude: dozena bat tonuko arrosak, sunburuak, izpilikua,... pentsamenduak, mitxoletak. Bat esmeralda hesitzen eskema da emanda egilea simetriko errenkadak txinatarrez , **21-2** altzifreak, gereziandoak; haien atzean Himalaiako austeritate zuriak altxatzen dira.

Kashmireko mahatsak jaki arrarotzat hartzen dira Kalkutan. Rajendra, Kashmirera

iristean benetako oturuntza bat agindu zion bere buruari, baina etsita geratu zen han mahasti handirik ez ikustean. Noizean behin, txantxetan iseka egiten nion bere aurreikuspen oinarririk gabeengatik.

«Ai, mahatsez hainbeste ase nago, ezin dut ibili!», esaten nuen. «Mahats ikusezinak barruan ari zaizkit edaten!». Geroago entzun nuen mahats gozoak ugariak direla Kabulen, Kashmirren mendebaldean. *Rabriz egindako izozkiarekin kontsolatu ginen*, esne oso kondentsatu batekin, eta...

zaporedun -rekin osoa pistatxo fruitu lehorrak.

Hainbat bidaia egin genituen *shikaretan* edo etxe-ontzietan, gorriz brodatutako estalpeen itzalpean, Dal lakuko ubide korapilatsuetan zehar, armiarma-sare urtsu baten antzeko ubide-sare bat. Hemen, enborrez eta lurrez zakarki inprobisatutako lorategi flotagarri ugariak harridura eragiten dute, hain desegokia baita barazkiak eta meloiak ur zabalen erdian hazten ikustea. Noizean behin, nekazari bat ikusten da, "lurrean errotuta" egotea gutxietsi gabe, bere "lur" karratua laku hatz anitzeko toki berri batera eramaten.

Haran istoriotso honetan, lurraren edertasun guztien laburpena aurkitzen da. Kaxmirko Dama mendiz koroatuta, aintziraz koroatuta eta lorez josita dago. Urte batzuk geroago, urrutiko lurralde asko bisitatu ondoren, ulertu nuen zergatik deitzen den Kaxmirri munduko tokirik ederrena. Suitzako Alpeen, Eskoziako Loch Lomond aintziraren eta Ingalaterrako aintzira ederren xarma batzuk ditu. Kaxmirren dagoen bidaiari estatubatuar batek Alaskaren handitasun malkartsua eta Denverren ondoko Pikes Peak gogorarazten dizkion gauza asko aurkitzen ditu.

Edertasun eszeniko lehiaketa batean parte hartu nahi baduzu, lehen sari gisa Xochimilcoko ikuspegi zoragarria eskaintzen dut Mexikon, non mendiak, zeruak eta makalak ur-bide ugarietan islatzen diren arrain jostalarien artean, edo Kashmireko aintzira harribitxiak, Himalaiaren zaintza zorrotzak neska ederren antzera zainduta. Bi leku hauek nire oroimenean nabarmentzen dira munduko txokorik ederrenetakoak bezala.

Hala ere, txundituta geratu nintzen Yellowstone Parke Nazionalaren, Coloradoko Arroila Handiaren eta Alaskaren mirariak lehen aldiz ikusi nituenean. Yellowstone Parkea da, agian, geiser ugari airera igotzen ikus daitezkeen eskualde bakarra, urtez urte erloju-erregularitasunez. Bere opalo eta zafiro putzuek eta iturburu sufretsu beroek, bere hartzek eta izaki basatiek gogorarazten digute hemen Naturak bere lehen sorkuntzaren ale bat utzi zuela. Autoz aurrera Wyoming-eko errepideetatik lokatz bero eta burbuilatsuz betetako "Deabruaren Pintura Poteraino", iturburu borborka, iturri lurruntu eta norabide guztietan geiserrak isuriz, esango nuke Yellowstonek berezitasunagatik sari berezia merezi duela.

Yosemiteko sekuoia dotore zaharrek, beren zutabe erraldoiak zeru ulertezinaren urrunera luzatzen dituztenak, jainkozko trebetasunez diseinatutako katedral natural berdeak dira. Ekialdean ur-jauzi zoragarriak badaude ere, batek ere ez du Kanadako mugatik gertu dagoen Niagarako edertasun uholdetsuaren parekorik. Kentuckyko Mammoth kobazuloak eta Mexiko Berriko Carlsbad kobazuloak, izotz-itxurako formazio koloretsuekin, maitagarrien lurralde liluragarriak dira. Haien estalaktitazko orratz luzeak, kobazuloetatik zintzilik... sabaiak eta ispilu barruan lurpeko urak, oraina bat begirada -ren beste munduak bezala gizakiak gustuko izana.

Kashmirko hindu gehienak, mundu osoan edertasunagatik ospetsuak, europarrak bezain zuriak dira eta antzeko ezaugarriak eta hezur-egitura dituzte; askok begi urdinak eta ile horia dituzte. Mendebaldeko arropak jantzita, estatubatuarren antza dute. Himalaia hotzak kashmirdarrak eguzki sargoritik babesten ditu eta gorde haien argi azal-azalak. Bezala bat bidaiak ra hau hegoaldeko eta tropikal latitudeak Indiako jendea gero eta ilunagoa bihurtzen ari dela ikusten du.

Kashmirren aste zoriontsuak eman ondoren, Bengalara itzuli behar izan nuen Serampore Unibertsitateko udazkeneko ikasturterako. Sri Yukteswar Srinagarren geratu zen, Kanai eta Auddyrekin. Alde egin aurretik, Maisuak iradoki zidan bere gorputza Kashmirren sufrimendua jasango zuela.

«Jauna, osasun itxura ona duzu», protestatu

nuen. «Badago aukera bat mundu hau

uzteko ere».

«Guruji!», erregutuz erori nintzen haren oinetara. «Mesedez, promes egin iezadazu ez duzula zure gorputza utziko orain. Ez nago batere prestatuta zu gabe aurrera egiteko».

Sri Yukteswar isilik zegoen, baina hain errukitsu irribarre egin zidan, ezen lasaitu egin bainintzen. Nahiz eta nahi gabe alde egin nuen.

«Nagusia oso gaixorik». Auddyren telegrama hau Serampore-ra itzuli eta gutxira iritsi zitzaidan.

«Jauna», telegramaz telegrama bat bidali nion nire guruari urduri, «eskatu nizun ez uzteko promesa. Mesedez, gorde zure gorputza; bestela, ni ere hilko naiz».

"Izan zaitez hura bezala zu nahia." Hau zen Sri Yukteswarren erantzun -tik Kaxmir.

Auddyren gutun bat iritsi zen egun gutxira, Maisua sendatu zela jakinaraziz. Hurrengo bi asteetan Serampore-ra itzuli zenean, atsekabetuta nengoen nire guruaren gorputza ohiko pisuaren erdira murriztuta ikustean.

Zorionez -rako bere dizipuluak, Sri Yukteswar erreta asko -ren haien bekatuak barruan hau sua -ren bere sukar larria Kashmirren. Gaixotasunak fisikoki transferitzeko metodo metafisikoa yogi oso aurreratuek ezagutzen dute. Gizon sendo batek ahulago bati lagun diezaioke bere zama astuna eramaten lagunduz; a Supergizaki espiritualak bere dizipuluen zama fisiko edo mentalak gutxitzeko gai da haien iraganeko ekintzen karma partekatuz. Gizon aberats batek diru pixka bat galtzen duen bezala bere seme galduaren zor handi bat kitatzen duenean, eta horrela bere ergelkeriaren ondorio larrietatik salbatzen den bezala, maisu batek bere gorputz-aberastasunaren zati bat borondatez sakrifikatzen du dizipuluen miseria arintzeko. **21-3**

Metodo sekretu baten bidez, yogiak bere adimena eta ibilgailu astrala batzen ditu sufritzen ari den pertsona batenekin; gaixotasuna, osorik edo zati batean, santuaren gorputzera helarazten da. Jainkoa eremu fisikoan bildu ondoren, maisuak ez du gehiago axola zer gertatzen den forma material horrekin.

Gaixotasun jakin bat erregistratzen uzten dion arren beste batzuk arintzeko, bere adimena ez da inoiz eragiten; laguntza hori eman ahal izateagatik zorteduntzat jotzen du bere burua.

Jaunarengan azken salbazioa lortu duen debotoak bere gorputzak bere helburua guztiz bete duela aurkitzen du; orduan egoki ikusten duen moduan erabil dezake. Munduan duen lana gizateriaren atsekabeak arintzea da, bide espiritualen bidez, aholku intelektualen bidez, borondatearen bidez edo gaixotasunen transferentzia fisikoaren bidez. Nahi duenean superkontzientziara ihes eginez, maisu batek sufrimendu fisikoaz jabetu gabe egon daiteke; batzuetan...

gorputzeko mina estoikoki jasaten du, dizipuluentzako adibide gisa. Beste batzuen gaitzak hartuz, yogi batek kausa eta efektuaren lege karmikoa bete dezake haientzat. Lege hau mekanikoki edo matematikoki funtzionatzen du; bere funtzionamendua zientifikoki manipulatu dezakete jainkozko gizonek. jakinduria.

Lege espiritualak ez du maisu bat gaixotu behar beste pertsona bat sendatzen duen bakoitzean. Sendatzeak normalean santuak berehala sendatzeko hainbat metodoren ezagutzari esker gertatzen dira. barruan zein ez mindu ra hau espirituala sendatzaile da inplikaturik. Piztuta arraroa okasioak, hala ere, bat Bere dizipuluen eboluzioa asko bizkortu nahi duen maisuak haien karma desiragarriaren neurri handi bat bere gorputzean borondatez landu dezake.

Jesusek bere burua askoren bekatuen ordain gisa adierazi zuen. Bere jainkozko botereekin, **21-4** Bere gorputza ezin izango zen inoiz gurutziltzaketaren bidez hil, kausa eta efektuaren lege kosmiko sotilarekin borondatez lankidetzan aritu izan ez balu. Horrela, besteen karmaren ondorioak bere gain hartu zituen, batez ere bere dizipuluen karmarenak. Modu honetan, oso purifikatu eta geroago haien gainera jaitsiko zen kontzientzia omnipresentea jasotzeko prestatu ziren.

Maisu autoerrealizatu batek bakarrik transferitu dezake bere bizi-indarra, edo besteen gaixotasunak bere gorputzera eraman. Gizon arrunt batek ezin du sendabide yogiko hau erabili, ezta desiragarria ere hori egitea; izan ere, tresna fisiko ez-egokia Jainkoaren meditaziorako oztopo bat da. Hindu idatziek irakasten dute gizakiaren lehen betebeharra bere gorputza egoera onean mantentzea dela; bestela, bere adimena ezin da deboziozko kontzentrazioan finkatu.

Hala ere, gogo oso sendo batek zailtasun fisiko guztiak gainditu eta Jainkoaren errealizaziora irits daiteke. Santu askok gaixotasuna alde batera utzi eta beren jainkozko bilaketan arrakasta izan dute. Asisko San Frantzisko, gaitz larritz jota, besteak sendatu eta hildakoak ere piztu zituen.

Indiako santu bat ezagutu nuen, zeinaren gorputzaren erdia zauriz beteta zegoen behin. Bere diabetes egoera hain larria zen, ezen ohiko baldintzetan ezin baitzen geldirik egon aldi berean hamabost minutu baino gehiagoz. Baina bere nahi espirituala ezinezkoa zen. "Jauna", otoitz egin zuen, "sartuko al zara?" nire tenplu hautsia?" Borondatearen etengabeko aginteaz, santua pixkanaka egunero eseritzeko gai bihurtu zen loto jarreraren hemezortzi orduz jarraian, transe extatikoa murgilduta.

«Eta», esan zidan, «hiru urteren buruan, Argi Infinitua aurkitu nuen nire gorputz hautsiaren barruan distira egiten. Poztasun handiko distiraz gozatuz, gorputza ahaztu nuen. Geroago ikusi nuen Jainkozko Errukiaren bidez osorik osatu zela».

Sendatze historiko batek Baber erregeari (1483-1530) buruzkoa da, Indiako Mogul inperioaren sortzaileari. Bere semea, Humayun printzea, hilgarri zegoen. Aitak

atsekabe handiko erabakiz otoitz egin zuen gaixotasuna jaso zezan eta bere semea salba zedin. Medikuek guztiek itxaropena galdu ondoren, Humayun sendatu zen. Baber berehala gaixotu eta bere semea jo zuen gaixotasun berberak jota hil zen. Humayunek Baberren ondorengoa izan zen Hindustango enperadore gisa.

Jende askok imajinatzen du maisu espiritual guztiek Sandow baten osasuna eta indarra dutela, edo izan beharko luketela. The suposizio da oinarri gabekoa. A gaixo gorputza egiten du ez adierazi hori bat guru da ez barruan ukitu

Jainkozko botereekin, bizitza osorako osasunak baino gehiago, barne-argitasuna adierazten du nahitaez. Gorputz fisikoaren egoera, beste era batera esanda, ezin da maisu baten proba bihurtu. Bere bereizgarri diren kualifikazioak bere domeinuan bilatu behar dira, espiritualean.

Mendebaldeko bilatzaile nahasi askok uste dute, oker, metafisikari buruzko hizlari edo idazle elokuyente bat maisua izan behar dela. Rishiek, ordea, adierazi dute maisu baten froga nagusia gizakiak arnasestuka egoeran nahi duenean sartzeko eta nirbikalparen samadhi etengabea mantentzeko duen *gaitasuna dela* . **21-5** Lorpen hauen bidez bakarrik frogatu dezake gizakiak *maya* edo Kosmiko Dualistaren Engainua "menperatu" duela. Berak bakarrik esan dezake errealizazioaren sakonetik: " *Ekam sat* ", - "Bat bakarrik existitzen da".

« *Vedek* diote arima indibidualaren eta Ni Gorenaren arteko bereizketa txikiena egitearekin konformatzen den ezjakina arriskuan dagoela», idatzi zuen Shankara monista handiak. «Ezjakintasunaren ondorioz dualtasuna dagoen lekuan, gauza guztiak Niarengandik bereizita ikusten dira. Dena Ni gisa ikusten denean, orduan ez dago Niaz gain beste atomorik ere...»

"Bezala bezala laster bezala hau ezagutza -ren hau Errealitatea du sortu gora, han ahal izan ez fruituak -ren iragana ekintzak gorputzaren errealitate ezagatik bizi behar da, esnatzean ametsik egon ezin den modu berean ".

Guru handiek bakarrik dute dizipuluen karma bere gain hartzeko gaitasuna. Sri Yukteswarrek ez zuen Kashmirren sufrituko bere baitan dagoen Izpirituaren baimena jaso izan ez balu bere dizipuluei modu bitxi horretan laguntzeko. Santu gutxi izan dira nire Maisu Jainko-egokituak baino jakinduria sentikorrago hornituak jainkozko aginduak betetzeko.

Noiz Ni ausartu bat gutxi hitzak -ren sinpatia gainetik bere argaldu irudia, nire guru esan zuen alai:

urteetan jantzi ez ditudan *ganji* txiki batzuk (barruko kamisetak) janzteko gai naiz !"

Maisuaren barre algara alaia entzutean, Salesko Frantziskoren hitzak gogoratu nituen: «Triste dagoen santua santu tristea da!».

.....
21-1 : Hori da bat markatu -ren errespetu falta, barruan India, ra kea barruan hau presentzia -ren

norberaren adinekoak eta nagusiak. 21-2: Ekialdeko platanoa..

21-3 : Asko Kristau santuak, barne Teresa Neumann (ikus [kapitulua 39](#)), dira ezaguna -rekin hau metafisikoa transferentzia gaixotasunaren .

21-4 : Kristo esan zuen, besterik ez aurretik bera zen buru urrun ra izan gurutziltzatu: "Uste duzu zu hori Ni ezin orain otoitz egin ra nire Aita, eta bera izango da oraintxe bertan eman ni gehiago baino hamabi legioak -ren aingeruak? Baina nola orduan izango da hau idatzi santuak izan beteta, hori horrela izan behar du? - *Mateo* 26:53-54.

21-5 : Ikusi kapituluak 26, 43 *oharrak* .

KAPITULUA: 22

The Bihotza -ren A Harria Irudia

"Emazte hindu leial gisa, ez dut nire senarraz kexatu nahi. Baina irrikatzen dut bere ikuspegi materialistak alde batera uzten ikustea. Gustura iseka egiten dio nire meditazio gelan dauden santuen irudiei."

Maitea anaia, Ni izan sakon fedea hori zu ahal laguntza bera. Borondatea zu?"

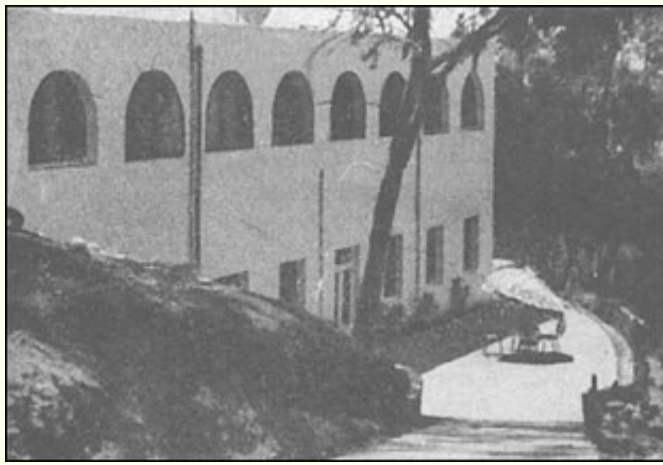
Nire ahizpa zaharrenak, Romak, erreguka begiratzen zidan. Bisita labur bat egiten ari nintzen bere Kalkutako etxean, Girish Vidyaratna Lane kalean. Bere erreguak hunkitu ninduen, eragin espiritual sakona izan baitzuen nire bizitzaren hasieran, eta maitasunez saiatu baitzen amaren heriotzak familian utzitako hutsunea betetzen.

«Arreba maitea, noski ahal dudan guztia egingo dut». Irribarre egin nuen, aurpegian ikusten zen tristezia kentzeko irrikaz, ohiko adierazpen lasai eta alaiaren kontrakoa egiten zuena.

Kriya Yogan hasteko eskatu zidan , eta aurrerapen nabarmenak egiten ari zen bertan.

Inspirazio batek hartu ninduen. "Bihar", esan nion, "Dakshineswar tenplura noa. Mesedez, zatoz nirekin eta konbentzitu zure senarra gurekin batera joateko. Uste dut leku santu horren bibrazioetan, Jainkozko Amak bere bihotza ukituko duela. Baina ez agerian utzi zein den gure helburua hura joatea nahi izatea ".

Arrebak itxaropentsu onartu zuen. Hurrengo goizean oso goiz, pozik nengoen Roma eta bere senarra ikustean ziren barruan prestutasun -rako hau bidiaia. Bezala gure hackney gurdi dardarka batera Goiko Errepide Zirkularra aldera Dakshineswar, nire koinatua, Satish Chandra Bose, dibertituta bera iraganeko, oraingo eta etorkizuneko guru espiritualak iseka eginez. Ohartu nintzen Roma isilik negarrez ari zela.



Autoerrealizazioa Eliza -ren Guztiak Erlijioak, San Diego, Kalifornia



Ni zutik -rekin nire bi ahizpak, Erroma (-n ezkerra) eta Nalini



Nire arreba Uma, bezala bat gazte neska

«Arreba, animatu zaitez!», xuxurlatu nion. «Ez eman zure senarrari bere iseka serio hartzen dugula sinestearen asebetetzea».

«Mukunda, nola miretsi ditzakezu baliogabeko iruzurtiak?», esaten ari zen Satish. «SADHU baten itxura bera nazkagarria da. Eskeleto bat bezain argala edo elefante bat bezain lodi eta lodia da!»

Barre algaraka hasi nintzen. Nire erreakzio onbera Satishentzat gogaikarria izan zen; isiltasun tristean murgildu zen. Gure taxia Dakshineswar lurretan sartu zenean, irribarre sarkastiko bat egin zuen.

"Hau txangoa, Ni suposatu, da bat eskema ra erreforma ni?"

Erantzunik eman gabe alde egin nuenean, besotik heldu zidan. «Monk jaun gaztea», esan zidan, «ez ahaztu tenpluko agintariekin eguerdiko bazkaria prestatzeko antolamendu egokiak egitea».

«Orain meditatzerara noa. Ez kezkatu bazkariaz», erantzun nion zorrotz. «Jainkozko Amak zainduko du horretaz».

«Ez dut Jainkozko Amagan konfiantzarik niregatik ezer egingo duenik. Baina nire janariaren erantzule egiten zaitut». Satishen tonua mehatxagarria zen.

Bakarrik joan nintzen Kaliren edo Ama Naturaren tenplu handiaren aurrean dagoen zutabedun aretoraino. Zutabeetako baten ondoan itzalpeko leku bat aukeratu eta loto postura jarri nuen. Zazpiak aldera baino ez ziren arren, goizeko eguzkia laster gogortuko zen.

Mundua urrundu egin zen debozior liluratuta nengoen heinean. Nire gogoa Kali jainkosarengan zentratuta zegoen, zeinaren irudia Dakshineswarren maisu handiaren, Siren, adorazioaren objektu berezia izan baitzen. Ramakrishna Paramhansa. Barruan erantzun ra bere angustiatuta eskaerak, hau harri irudi -ren hau oso

tenplu izan maiz hartua bat bizitzen formularioa eta elkarrizketatu -rekin bera.

«Ama isila, bihotz harritsua», otoitz egin nuen, «Zure maite Ramakrishna debotoaren eskariz bizitzaz bete zinen; zergatik ez diezu zure seme irrikatsu honen intziriak ere entzuten ?»

Nire grina izugarri handitu zen, jainkozko bake batekin batera. Hala ere, bost ordu igaro zirenean, eta barnean bistaratzen ari nintzen Jainkosak ez zuenean erantzunik eman, apur bat etsita sentitu nintzen. Batzuetan Jainkoaren proba bat da otoitzen betetzea atzeratzea. Baina azkenean deboto iraunkorrari agertzen zaio, maite duen edozein formatan. Kristau deboto batek Jesus ikusten du; hindu batek Krishna, edo Kali Jainkosa, edo Argi hedatzaile bat ikusten du, bere gurtzak bira inpersonala hartzen badu.

Nahiz eta nahi gabe ireki nituen begiak, eta ikusi nuen tenpluko ateak apaiz batek ixten ari zirela, eguerdiko ohiturari jarraituz. Areto ireki eta teilatuaren azpian nengoen nire eserleku isolatutik jaiki eta patiora sartu nintzen. Harrizko zorua eguerdiko eguzkiaren azpian erreta zegoen; oinutsik erreta neukan mingarri.

«Ama Jainkotiarra», isilik errieta egin nion, «ez zinen niregana ikuskari batean etorri, eta orain tenpluan ezkutatuta zaude, ate itxien atzean. Gaur otoitz berezi bat eskaini nahi nizun nire koinatuaren izenean».

Nire barne-eskaera berehala onartu zuten. Lehenik, hotz-bolada atsegin bat jaitsi zitzaidan bizkarrean eta oinen azpian, ondoeza guztia uxatuz. Gero, nire harridurarako, tenplua izugarri handitu zen. Bere ate handia poliki-poliki ireki zen, Kali jainkosaren harrizko irudia agerian utziz.

Pixkanaka forma bizidun bihurtu zen, irribarretsu agurtuz buruarekin, deskribaezin den pozarekin hunkituz. Xiringa mistiko baten bidez bezala, arnasa kendu zitzaidan biriketatik; nire gorputza oso geldi geratu zen, nahiz eta ez geldoa izan.

Kontzientziaren handitze extatiko bat etorri zen ondoren. Ganges ibaiaren gainetik hainbat kilometro argi ikusten nuen nire ezkerrean, eta tenpluaren atzean Dakshineswar barruti osoa. Eraikin guztien hormek gardenki distiratzten zuten; haien bidez jendea hektarea urrunetan zehar hara eta hona ibiltzen ikusten nuen.

Arnasestuka eta gorputza egoera bitxi batean nengoen arren, eskuak eta oinak askatasunez mugitzeko gai nintzen. Hainbat minutuz begiak ixten eta irekitzen esperimentatu nuen; edozein egoeratan Dakshineswarren panorama osoa argi eta garbi ikusi nuen.

Ikusmen espirituala, erradiografia baten antzera, materia guztian sartzen da; jainkozko begia erdigunea da nonahi, zirkunferentzia inon. Berriro konturatu nintzen, eguzkipean zegoen patioan zutik, gizakiak Jainkoaren seme galdua izateari

uzten dionean, mundu fisiko batean murgilduta, burbuila bat bezain oinarririk gabekoa, bere betiko erreinuak berriro heredatzen dituela. "Ihes egitea" gizakiaren beharra bada, bere nortasun estuan estututa, konpara al daiteke ihesbiderik nonahikotasunaren handitasunarekin?

Barruan nire sakratua esperientzia -n Dakshineswar, hau bakarrik izugarri- handitua objektuak ziren hau

tenplua eta Jainkosaren forma. Beste guztia bere ohiko dimentsioetan agertu zen, nahiz eta bakoitza zen itxita barruan bat halo -ren leun zuri-argia, urdina, eta pastel ortzadarra ñabardurak. Nire gorputza zirudien ra izan -ren etereo substantzia, prest ra lebitatu Guztiz kontziente -ren nire Ingurune materiala, ingurura begiratzen nuen eta urrats batzuk ematen nituen zorioneko ikuspegiaren jarraitutasuna eten gabe.

Tenpluaren hormen atzean, bat-batean nire koinatua ikusi nuen, zuhaitz sakratu baten adar arantzatsuen azpian eserita . Ahalik eta erraz antzeman nitzakeen haren pentsamenduen norabidea. Dakshineswarren eragin santuaren eraginpean neurri batean goratuta, bere gogoak oraindik ere nire inguruko gogoeta desatseginak zituen. Jainkosaren itxura dotoreari begiratu nion zuzenean.

«Ama Jainkotiarra», otoitz egin nuen, «ez al duzu nire arrebaren senarra

espiritualki aldatuko?» Irudi ederrak, orain arte isilik egon zenak,

azkenean hitz egin zuen: «Zure nahia bete da!»

Pozik begiratu nion Satishi. Instintuz botere espiritual bat lanean ari zela konturatu balitz bezala, lurrean zuen eserlekutik haserre altxatu zen. Tenpluaren atzetik korrika ikusi nuen; niregana hurbildu zen, ukabila astinduz.

Ikuspegi osoa desagertu zen. Ezin nuen gehiago Jainkosa loriatsua ikusi; tenplu garaia bere ohiko tamainara murriztu zen, gardentasunik gabe. Berrero ere nire gorputza eguzki izpi bortitzen azpian itota zegoen. Zutabedun aretoaren aterpera salto egin nuen, eta han Satishek haserre jarraitu zidan. Erlojua begiratu nuen. Ordu bata zen; jainkozko ikuspegiak ordubete iraun zuen.

«Ergela txiki hori», esan zuen nire koinatuak bat-batean, «sei orduz eserita egon zara hankak gurutzatuta eta begiak gurutzatuta. Aurrera eta atzera ibili naiz zu zelatatzen. Non dago nire janaria? Orain tenplua itxita dago; ez diezu agintariei abisatu; bazkaldu gabe geratu gara!»

Jainkosaren presentziak sentitutako goraipamena oraindik bizirik zegoen nire bihotzean. Ausartu nintzen oihuka: "Jainkozko Amak elikatuko gaitu!"

Satish amorruez kanpo zegoen. "Behin betiko", oihu egin zuen, "zure Ama Jainkotiarra hemen janaria ematen ikustea gustatuko litzaidake, aldeztu aurretik hitzordurik gabe!"

Bere hitzak ziren ia ez esana noiz bat tenplu apaiz gurutzatu hau patioa eta batu da gu.

«Seme», esan zidan, «zure aurpegia lasai distiratsu ikusten egon naiz meditazio orduetan. Zure taldearen etorrera ikusi dut gaur goizean, eta bazkarirako janari

nahikoa gordetzeko gogoia sentitu dut. Tenpluko arauen aurka doa alde aurretik eskaera egiten ez dutenei jaten ematea, baina salbuespen bat egin dut zuretzat».

Eskerrak eman nizkion, eta Satishen begietara begiratu nion zuzenean. Emozioz gorritu zen, begirada jaitsiz damu isilean. Otordu oparoa zerbitzatu zigutenean, sasotik kanpoko mangoak barne, konturatu nintzen nire koinatuaren gosea urria zela. Nahasita zegoen, pentsamenduen ozeanoan murgilduta. Kalkutara itzultzeko bidaian, Satishek, aurpegi leunarekin,

noizean behin erregutuz begiratzen zidan. Baina ez zuen hitz bakar bat ere esan apaiza bazkaltzera gonbidatzera agertu zenetik, Satish-en erronkari zuzenean erantzunez bezala.

The jarraituz arratsaldea Ni bisitatu nire arreba -n bera etxera. Bera agurtu ni maitasunez. «Anaia maitea», oihu egin zuen, «zer mirari! Bart nire senarrak negar egin zuen nire aurrean.

"Maitea *debi* ', **22-1** esan zuen: «Adieraztezin pozik nago zure anaiaren erreforma-eskema honek eraldaketa bat eragin duelako. Egin dizudan gaizki guztia konponduko dut. Gaur gauetik aurrera gure logela handia gurtza-leku gisa bakarrik erabiliko dugu; zure meditazio-gela txikia gure lo-gela bihurtuko dugu. Benetan sentitzen dut zure iseka egin izana anaia. Nire jokabide lotsagarriagatik, neure burua zigortuko dut Mukundarekin ez hitz eginez bide espiritualean aurrera egin arte. Ama Jainkotiarra sakon bilatuko dut hemendik aurrera; noizbait aurkitu beharko dut ziur aski!"

Urte batzuk geroago, nire koinatua bisitatu nuen Delhin. Oso pozik nengoen ikustean... auto-errealizazioan oso garatua zegoen, eta Ama Jainkotiarren ikuspenak bedekinatua izan zen. Harekin egon nintzen bitartean, ohartu nintzen Satishek gau gehiena isilpean meditazio jainkotiarrean ematen zuela, nahiz eta gaitz larri bat izan eta egunean zehar... bere bulegoa.

Nire koinatuaren bizitza ez zela luzea izango bururatu zitzaidan. Romak nire burua irakurri behar izan zuen.

«Anaia maitea», esan zuen, «ondo nago, eta nire senarra gaixorik dago. Hala ere, jakin dezazun nahi dut, emazte hindu deboto gisa, hiltzen lehena izango naizela. **22-2** Ez da denbora asko beharko hil arte."

Bere hitz mehatxagarriek harrituta utzi ninduten, baina egiazkotasunaren mina konturatu nintzen. Amerikan nengoen nire arreba hil zenean, bere iragarpena egin eta urtebetera gutxi gorabehera. Nire anaia gazteenak, Bishnuk, geroago eman zizkidan xehetasunak .

«Roma eta Satish Kalkutan zeuden haren heriotzaren unean», esan zidan Bishnuk. «Goiz hartan, ezkontza-apaingarri dotoreak jantzi zituen.

"Zergatik hau berezia moxorroa? Satish galdetu zuen.

«Hau da lurrean zuri zerbitzatzen dudana azken eguna», erantzun zuen Romak. Denbora gutxira bihotzekoak jota geratu zen. Semea laguntza bila korrika zihoala, esan zuen:

«'Seme, ez utzi nazazu. Ez du ezertarako balio; medikua iritsi baino lehen joango naiz». Hamar minutu geroago, senarraren oinak errespetuz helduta, Roma kontzienteki utzi zuen bere gorputza, pozik eta sufrimendurik gabe.

"Satish bihurtu zen oso bakarti ondoren bere emaztearen heriotza," Bishnu jarraitu zuen. "Bat egun bera eta Ni ziren

begira -n bat handi irribarretsu argazki -ren Erromatarra.

«Zergatik irribarre egiten duzu?», esan zuen Satishek bat-batean, bere emaztea bertan balego bezala. «Uste duzu azkarra izan zinela nire aurretik joateko antolatzean. Frogatuko dizut ezin zarela denbora luzez niregandik urrun egon; laster elkartuko naiz zurekin.»

"Garai hartan Satish gaixotasunetik guztiz sendatu zen eta osasun bikainaz gozatzen zuen arren, argazkiaren aurrean egindako ohar arraroaren ondoren hil zen arrazoirik gabe."

Horrela, profetikoki, hil ziren nire maitea zen Roma arreba zaharrena eta bere senarra Satish - Dakshineswarren gizon arrunta izatetik santu isil izatera aldatu zena.

.....
22-1 : Jainkosa.

22-2 : The Hindua emaztea uste du hura da bat zeinu -ren espirituala aurrerapena baldin eta bera hiltzen da aurretik bera senarra, bezala bat froga -ren bera berari zerbitzu leialak egitea, edo "arnesarekin hiltzea".

KAPITULUA: 23

Ni Jaso Nire Unibertsitatea Gradua

"Filosofiako testuliburuetakoa lanak alde batera uzten dituzu. Zalantzarik gabe, azterketak gainditzeko 'intuizio' lanagabe baten menpe zaude. Baina modu akademikoago batean ahalegintzen ez bazara, ziurtatuko dut ikastaro hau ez gainditzea."

Serampore Collegeko DC Ghoshal irakasleak gogor hitz egiten zidan. Azken idatzizko azterketa gainditzen ez banuen, ezingo nuke azterketa erabakigarriak egin. Hauek Kalkutako Unibertsitateko irakasleek egiten dituzte, eta Serampore College bere adar afiliatuen artean dago. Indiako unibertsitateetako ikasle batek AB azken azterketetan gai batean gainditzen ez badu, hurrengo urtean berriro aztertu beharko du bere gai *guztietan* .

Serampore Collegeko nire irakasleek normalean adeitasunez tratatzen ninduten, tolerantzia dibertigarri batek ukitu gabe. "Mukunda erlijioz mozkor samar dago".

Horrela laburbilduz, taktuz aurreztu zidaten gelako galderei erantzuteko lotsa; azken idatzizko probetan konfiantza izan zuten AB hautagaien zerrendatik kentzeko. Nire ikaskideek emandako epaia niretzat jarri zuten ezizenean islatzen zen: "Monje Eroa".

Ghoshal irakasleak filosofian porrot egiteko mehatxua baliogabetzeko urrats burutsu bat eman nuen. Azken azterketen emaitzak publikoki iragartzear zeudenean, ikaskide bati eskatu nion... Lagundu nazazu irakaslearen estudiora.

«Zatoz; lekuko bat behar dut», esan nion nire lagunari. «Oso etsita egongo naiz irakaslea gainditzen ez badut».

Irakaslea Ghoshal astindu bere burua ondoren Ni izan galdetu zuen zer balorazioa bera izan emanda nire papera.

«Ez zaude gainditu dutenen artean», esan zuen garaile. Mahai gaineko pila handi baten artean arakatu zuen. «Zure lana ez dago hemen; nolanahi ere, azterketara agertu ez zinelako suspenditu duzu».

Ni barre egin zuen. "Jauna, Ni zen han. Maiatza Ni begiratu zehar hau pila neure burua?"

Irakasleak, harrituta, baimena eman zidan; azkar aurkitu nuen nire lana, non arretaz kendu bainuen identifikazio-markarik, nire zerrenda-zenbakia izan ezik. Nire izenaren "bandera gorriaz" ohartarazi gabe, irakasleak puntuazio altua eman zien nire erantzunei, nahiz eta testuliburuko aipamenik ez izan. **23-1**

Nire trikimailua ikusita, oihu egin zuen orain: "Zorte ausarta!". Eta itxaropentsu gaineratu zuen: "Ziur aski AB finalean huts egingo duzu".

Beste ikasgaietako azterketetarako, aholku batzuk jaso nituen, batez ere nire lagun maite eta lehengusu Prabhas Chandra Ghose-rengandik, **23-2** Sarada osabaren semea. Azken azterketa guztiak mingarriki baina arrakastaz gainditu nituen —ahal zen nota baxuenak lortuz—.

Orain, lau urteko unibertsitatearen ondoren, AB azterketetarako eskubidea nuen. Hala ere, ez nuen espero pribilegio horretaz baliatzea. Serampore College-ko azken azterketak haurren jolasa ziren Calcutta Unibertsitateak AB titulurako ezarriko zituen azterketa gogorrekin alderatuta. Sri Yukteswar-era ia egunero egiten nituen bisitek denbora gutxi utzi zidaten unibertsitateko aretoetara sartzeko. Han, nire presentziak, eta ez nire absentziak, eragin zizkidan ikaskideen harridura-oihuak !

Nire ohiko errutina goizeko bederatziak eta erdiak aldera bizikletan irtetea zen. Esku batean Nire guruarentzako eskaintza bat eramaten nuen: nire *Panthi* ostatuko lorategiko lore batzuk. Atsegin handiz agurtuz, Maisuak bazkaltzera gonbidatzen ninduen. Beti onartzen nuen bizkor, egun horretan unibertsitatearen ideia uxatzeaz pozik. Sri Yukteswarrekin orduak eman ondoren, bere jakinduria-jario paregabea entzunez edo ashramako betebeharrekin lagunduz, nahi gabe joaten nintzen gauerdia aldera Panthira . Noizean behin gau osoa ematen nuen nire guruarekin,

hain pozik bere elkarrizketan murgilduta, ezen ia ez bainuen konturatzen iluntasuna egunsenti bihurtzen zenean.

Gau batean hamaikak aldera, oinetakoak janzten ari nintzela **23-3** Ostaturako bidaia prestatzen ari nintzela, Maisuak galdera serioak egin zizkidan.

«Noiz hasten dira zure AB azterketak?»

«Bost egun barru, jauna.»

"Nik itxaropena zu dira barruan prestutasun -rako haiek."

Izututa, oinetako bat altxatu nuen. "Jauna", protestatu nuen, "badakizu nola eman ditudan egunak zurekin, irakasleekin baino. Nola antzeztuko dut fartsa bat azterketa zail horietara aurkeztuz?"

Sri Yukteswarren begiak niregana zuzendu ziren zorrotz. «Agertu behar duzu». Bere tonua hotz eta zorrotza zen. «Ez diegu zure aitari eta beste senideei ashrameko bizitzarekiko duzun lehentasuna kritikatzeko arrazoirik eman behar. Promesa iezadazu azterketetan egongo zarela; erantzun ahal duzun modurik onenean».

Malko kontrolaezinak isurtzen zitzaizkidan aurpegitik behera. Nagusiaren agindua zentzugabea zela iruditzen zitzaidan, eta haren interesa, gutxienez esateko, berandu iritsi zela.

«Nahi baduzu agertuko naiz», esan nuen negar artean. «Baina ez dago denborarik behar bezala prestatzeko». Arnasapean marmaratu nuen: «Orriak zure irakaspenekin beteko ditut galderei erantzunez !».

Hurrengo egunean, ohiko orduan, ermitara sartu nintzenean, lore sorta nolabaiteko solemnitare triste batekin aurkeztu nuen. Sri Yukteswarrek barre egin zuen nire itxura tristeaz.

«Mukunda, Jaunak inoiz huts egin dizu, azterketa batean edo beste

nonbait?» «Ez, jauna», erantzun nion bero. Esker oneko

oroitzapenak uholde biziberritzaile batean etorri zitzaizkidan.

«Ez alferkeriak, Jainkoarenganako grina biziak baizik, unibertsitateko ohoreak bilatzea eragotzi dizu», esan zuen nire guruak adeitasunez. Isilune baten ondoren, honela aipatu zuen: «'Bilatu lehenik Jainkoaren erreinua eta haren justizia; eta gauza horiek guztiak gehituko zaizkizue'». **23-4**

Panthira itzultzeko iradoki zidan .

«Zure laguna, Romesh Chandra Dutt, oraindik zure ostatuan bizi

al da?» «Bai, jauna.»

"Lortu barruan ukitu -rekin bera; hau Jauna borondatea inspiratu bera ra laguntza zu -rekin hau azterketak».

"Oso ondo, jauna; baina Romesh oso lanpetuta dago. Gure klaseko ohorezko gizona da, eta besteek baino ikastaro astunagoa darama."

Maisua eskua astindu alde batera utzita nire aurkarpenak. "Romesh borondatea aurkitu denbora -rako zu. Orain joan."

Panthira itzuli nintzen . Ostatuan topatu nuen lehenengo pertsona Romesh jakintsua izan zen. Egunak libreak balitu bezala, nire eskaera lotsatiari baiezkua eman zion.

«Noski; zure esanetara nago». Arratsalde hartako eta hurrengo egunetako hainbat ordu eman zituen nire gai ezberdinetan irakasten.

«Uste dut ingeles literaturako galdera asko Childe Harolden ibilbidean oinarrituko direla», esan zidan. «Atlas bat lortu behar dugu berehala».

Sarada osabaren etxera joan nintzen presaka eta atlas bat maileguan hartu nuen. Romeshen Europako mapa markatu zuen Byronen bidaiari erromantikoak bisitatutako lekuetan.

A gutxi ikaskideak izan bildu inguruan ra entzun ra hau tutoretza. "Romesh da aholkuak «Oker zaude», esan zidan batek saio baten amaieran. «Normalean galderen %50a baino ez da liburuei buruzkoa; beste erdia egileen bizitzari buruzkoa izango da».

Hurrengo egunean Ingeles Literaturako azterketa egin nuenean, galderei lehen begiradak esker oneko malkoak isuriarazi zizkidan, nire papera bustiz. Gelako begiralea nire mahaira etorri eta galdera solidario bat egin zidan.

«Nire guruak Romeshen lagunduko zidala iragarri zuen», azaldu nion. «Begira; Romeshen diktatu zizkidan galdera berberak hemen daude azterketa-orrian! Zorionez niretzat, oso gutxi dira...» Aurten galderak ingeles egileei buruz, niretzat behintzat misterio sakon batean bilduta baitaude haien bizitzak !

Nire ostatura nahaspila batean zegoen itzuli nintzenean. Barre egiten ari ziren mutilak Romeshen entrenamendu metodoak harriduraz begiratu zidan, ia zorionak emanez gortu ninduen. Azterketen astean, ordu asko eman nituen Romeshen, irakasleek jarriko zituztela uste zuen galderak formulatzen baitzituen. Egunero, Romeshen galderak ia forma berean agertzen ziren azterketa-orrietan.

Unibertsitatean zabaldu zen berria mirari baten antzeko zerbait gertatzen ari zela, eta arrakasta litekeena zela arretagabeko "Monje Eroarentzat". Ez nuen saiakerarik egin kasuaren datuak ezkutatzeko. Bertako irakasleek ez zuten botererik izan galderak aldatzeko, Kalkutako Unibertsitateak antolatu baitzituen.

Ingeles literaturako azterketari buruz hausnartzen ari nintzela, goiz batean konturatu nintzen akats larri bat egin nuela. Galderen atal bat bi zatitan banatuta zegoen: A edo B, eta C edo D. Zati bakoitzeko galdera bana erantzun beharrean, I. taldeko bi galderak arduragabetasunez erantzun nituen, eta II. taldeko ezer ez nuen kontuan hartu. Lortu nezakeen notarik onena... Azterketa 33 izango zen, 36ko

gainditzeko nota baino hiru gutxiago. Maisuarengana korrika joan eta nire kezkak azaldu nizekion.

"Jauna, barkaezina den akats bat egin dut. Ez ditut merezi Romeshen bidezko jainkozko bedeinkapenak;" Erabat merezi ez dudalako naiz."

«Alaitu zaitez, Mukunda». Sri Yukteswarren ahotsa arina eta axolagabea zen. Zeruko ganga urdinera seinalatu zuen. «Eguzkiak eta ilargiak espazioan beren posizioak trukatzea posibleagoa da zuk titulua lortzean huts egitea baino!»

Ermita lasaiago utzi nuen, nahiz eta matematikoki pentsaezina iruditut Pasa nintekeen. Behin edo bitan begiratu nuen zerura urduri; Eguneko Jauna bere ohiko orbitan ondo ainguratuta zirudien!

Panthira iritsi nintzenean , ikaskide baten oharra entzun nuen: "Aurten, lehen aldiz, ingeles literaturan gainditzeko beharrezko nota jaitsi dela jakin berri dut".

Ni sartu hau mutilaren gela -rekin halako abiadura hori bera begiratu gora barruan alarma. Ni zalantzan jarri bera irrikaz.

«Ile luzeko fraide hori», esan zuen barreka, «zergatik interesatzen zaizu bat-batean gai eskolastikoetan? Zergatik negar egin azken orduan? Baina egia da gainditzeko nota 33 puntura jaitsi berri dutela».

Jauzi alai batzuek nire gelara eraman ninduten, non belauniko erori eta nire Aita Jainkotiarren perfekzio matematikoak goraipatu nituen.

Egunero zirrara sentitzen nuen Romesh-en zehar gidatzen ninduen presentzia espiritual baten kontzientziarekin. Gertakari garrantzitsu bat gertatu zen bengalerazko azterketarekin lotuta. Romesh-ek, gai horri buruz gutxi hitz egin zuenak, goiz batean deitu zidan pentsiotik irteten ari nintzela azterketa-gelara bidean.

«Romesh oihuka ari da zuretzat», esan zidan ikaskide batek pazientziarik gabe. «Ez itzuli; berandu iritsiko gara aretoan».

Ez ikusiarena eginez hau aholkua, Ni korrika egin zuen atzera ra hau etxea.

«Gure bengaleko mutilek normalean erraz gainditzen dute bengaleko azterketa», esan zidan Romesh-ek. «Baina susmo bat izan dut aurten irakasleek ikasleak sarraskitzeko asmoa dutela gure antzinako literaturako galderak eginez». Ondoren, nire lagunak Vidyasagarren filantropo ospetsuaren bizitzako bi istorio labur azaldu zizkidan.

Romeshi eskerrak eman eta bizikletaz joan nintzen unibertsitateko areto nagusira. Bengalerazko azterketa-orriak bi zati zituela frogatu zen. Lehenengo argibidea hau zen: "Idatzi Vidyasagarren ongintzako ekintzen bi adibide". Duela gutxi ikasitako jakintza paperera pasatzen nuen bitartean, esker oneko hitz batzuk xuxurlatu nizkion Romeshen azken orduko deiari jaramonik egin izana esanez. Vidyasagarren

gizateriarekiko (azken finean, neure burua barne) egindako onurei buruz ezjakin izan banintz, ezingo nuke bengalerazko azterketa gainditu. Gai batean suspendituz gero, hurrengo urtean gai guztietan berriro azterketa egitera behartuta egongo nintzen. Ulertzekoa zen halako perspektiba gorrotagarria zela.

Orrialdeko bigarren argibideak honela zioen: "Idatzi saiakera bat bengaleraz, gehien inspiratu zaituen gizonaren bizitzari buruz". Irakurle jatorra, ez dizut esan beharrik zein gizon aukeratu dudan nire gairako. Orrialdez orrialde bete nituen nire guruaren laudorioz, irribarre egin nuen marmarkatutako iragarpena egia bihurtzen ari zela konturatzean: "Orriak zure irakaspenekin beteko ditut!"

Ez nuen Romeshi filosofia ikastaroari buruz galdetzeko gogorik izan. Sri Yukteswarren gidaritzapean izandako prestakuntza luzean konfiantza izanik, testuliburuko azalpenak alde batera utzi nituen segurtasunez. Nire lanetan eman zitzaidan notarik altuena filosofian eman nuena izan zen. Beste gai guztietan lortutako nota ia-ia gainditu beharreko notatik gertu zegoen.

Hori da bat plazerra ra erregistro hori nire altruista lagun Romesh jaso bere propioa gradu *esperma laudorioa* .

Aita irribarrez beteta zegoen nire graduazioan. «Ez nuen uste gaindituko zenuenik, Mukunda», aitortu zuen. «Denbora asko ematen duzu zure guruarekin». Maisuak ondo antzeman zuen nire aitaren kritika isila.

Urteetan zehar ziurgabe egon nintzen nire izenaren ondoren AB bat agertuko zen eguna ikusiko nuenik. Gutxitan erabiltzen dut titulua jainkozko oparia izan zela pentsatu gabe, arrazoi ilun samarregatik eman zidatela. Noizean behin unibertsitateko ikasleei entzuten diet graduatu ondoren oso gutxi geratu zitzaieela esaten. Onarpen horrek pixka bat kontsolatzen nau nire zalantzarik gabeko gabezia akademikoengatik.

Kalkutako Unibertsitatean titulua jaso nuen egunean, nire guruaren oinetan belaunikatu eta eskerrak eman nizkion bere bizitzatik nirera isurtzen ziren bedeinkapen guztiengatik.

«Altxa zaitez, Mukunda», esan zuen apaltasunez. «Jaunak, besterik gabe, komenigarriagoa iruditu zitzaion zu egitea» graduatu bat eguzkia eta ilargia berrantolatzea baino!"

23-1 : Ni behar egin irakaslea Ghoshal hau justizia -ren onartuz hori hau tentsioa harremana artean gu zen ez zor ra edozein akats -ren bere, baina soilik ra nire absentziak -tik klaseak eta arreta falta barruan haiek. Irakaslea Ghoshal zen, eta da, bat hizlari bikaina, ezagutza filosofiko zabala zuena. Geroagoko urteetan ulermen atsegin batera iritsi ginen..

23-2 : Nahiz eta nire lehengusu eta Ni izan hau berdina familia izena -ren Ghosh, Prabhas du ohituta bera ra bere izena ingelesez Ghose bezala transliteratuz; beraz, hemen bere ortografia jarraitu dut.

23-3 : A dizipulu beti kentzen du bere oinetakoak barruan bat

Indiarra ermita. 23-4: *Mateo* 6:33.

KAPITULUA: 24

Ni Bihurtu A Monjea -ren The Swami Eskaera

«Maisu, nire aitag irrikitan egon da Bengala-Nagpur Trenbideko zuzendaritza-kargu bat onartzeko. Baina uko egin diot behin betiko». Itxaropentsu gaineratu nuen: «Jauna, ez nauzu Swami Ordenako monje bihurtuko?». Erregutuz begiratu nion nire guruari. Aurreko urteetan, nire erabakiaren sakontasuna probatzeko, eskaera berari uko egin zion. Gaur, ordea, irribarre atsegina egin dit .

«Oso ondo; bihar hasiko zaitut swamiship-ean». Isil-isilik jarraitu zuen: «Pozten naiz monje izateko duzun nahian iraun duzulako. Lahiri Mahasayak sarritan esaten zuen: 'Jainkoa zure udako gonbidatu izatera gonbidatzen ez baduzu, ez da zure bizitzako neguan etorriko'».

"Maisu maitea, ezin izango nuke inoiz huts egin Swami Ordenako kide izateko nire helburuan, zure ni errespetatua bezala." Maitasun neurrigabez irribarre egin nion.

«Ezkondu gabekoak Jaunaren gauzez arduratzen da, nola atsegin dion Jaunari; ezkonduak, berriz, munduko gauzez arduratzen da, nola atsegin dion bere emazteari». **24-1** Diziplina espiritual jakin batzuk jasan ondoren ezkondu ziren lagun askoren bizitzak aztertu nituen. Munduko erantzukizunen itsasoan murgilduta, sakon meditatzeke asmoa ahaztu zuten.

Jainkoari bizitzan bigarren mailako leku bat esleitzea pentsaezina zen niretzat. Kosmosaren Jabea bakarra den arren, bizitzaz bizitza opariak isilean ematen dizkigun arren, gauza bat geratzen da oraindik, ez duena jabetzan, eta giza bihotz bakoitzak gorde edo eman dezakeena: gizakiaren maitasuna. Sortzaileak, sorkuntzaren atomo guztietan bere presentzia misterioz estaltzeko ahalegin amaigabeak eginez, motibo bakarra izan zezakeen: gizakiek borondate askearen bidez bakarrik bilatzea nahi sentikorra. Zein belusezko eskularruz ez du estali ahalguztiduntasunaren burdinazko eskua!

Hurrengo eguna nire bizitzako gogoangarrienetako bat izan zen. Ostegun eguzkitsu bat zen, gogoratzen dut, 1914ko uztailan, unibertsitatetik graduatu eta aste batzuk geroago. Barneko balkoian... Seramporeko ermitan, Maisuak zeta zuri zati berri bat busti zuen okre tindagai batean, Swami Ordenaren kolore tradizionala. Oihala lehortu ondoren, nire guruak uko egiten zion baten jantzi gisa estali zidan inguruan.

«Noizbait Mendebaldera joango zara, zeta nahiago den lekura», esan zuen. «Ikur gisa, zeta material hau aukeratu dut zuretzat ohiko kotoiaren orde».

Indian, monjeek pobreziaren ideala bereganatzen duten lekuan, zetaz jantzitako swami bat ezohikoa da. Hala ere, yogi askok zetazko jantziak janzten dituzte,

gorputzeko korrante sotil batzuk kotoia baino hobeto gordetzen baitituzte.

"Nik naiz aurka ra zeremoniak", Sri Yukteswar ohartarazi zuen. "Nik borondatea egin zu bat swami barruan hau *bidwat*

(zeremoniarik gabekoa) modua."

Bibidisa edo swami- *n* sartzeko prozesu landuak su-zeremonia bat barne hartzen du, eta bertan hileta-erritu sinbolikoak egiten dira. Dizipuluaren gorputz fisikoa hilda irudikatzen da, jakinduriarenugarrean erraustuta. Swami berriari kantu bat ematen zaio, adibidez: " *Atma hau Brahma da*" **24-2** edo "Zu zara Hori" edo "Ni naiz Hura". Sri Yukteswarrek, ordea, sinpletasunarekiko zuen maitasunagatik, erritu formal guztiak alde batera utzi zituen eta izen berri bat aukeratzeko eskatu zidan besterik gabe.

"Nik borondatea eman zu hau pribilegio -ren aukeratzen hura zeure burua," bera esan zuen, irribarrez.

«Yogananda», erantzun nion, une batez pentsatu ondoren. Izenak literalki «Zoriontasuna (*ananda*) jainkozko batasunaren (*yogaren*) bidez » esan nahi du.

"Hala izan bedi. Mukunda Lal Ghosh zure familia-izena utzita, hemendik aurrera Yogananda deituko zaizu, Swami Ordenako Giri adarrekoa."

Sri Yukteswarren aurrean belaunikatu nintzenean, eta lehen aldiz nire izen berria ahoskatzen entzun nionean, bihotza esker onez gainezka egin zitzaidan. Zein maitasunez eta nekaezin lan egin zuen Mukunda mutikoa noizbait Yogananda monje bihurtzeko! Pozik abestu nituen Shankara Jaunaren sanskritozko kantu luzeko bertso batzuk:

"Ez adimena, ez egoa, ez sentimendua; ez
zerua, ez lurra, ez metalak naiz ni."
Ni naiz Hura, Ni naiz Hura, Espiritu
Bedeinkatua, Ni naiz Hura! Ez dut
jaiotzarik, ez heriotzarik, ez kastarik;
Aitarik, amarik, ez dut.
Ni naiz Hura, Ni naiz Hura, Espiritu
Bedeinkatua, Ni naiz Hura! Fantasiaren
hegaldietatik haratago, formagabea naiz,
Bizitza guztiaren gorputz-adarrak zeharkatzen
ditudala;
Ez dut beldurrik esklabutaz; libre naiz,
beti libre, Ni naiz Hura, Ni naiz Hura,
Espiritu Bedeinkatua, Ni naiz Hura!

Swami bakoitza Shankarak bere egungo forman antolatu zuen antzinako ordena

monastikokoa da. ~~24-3~~ Ordena formala denez, lider aktibo gisa jarduten duten ordezkari santuen lerro etengabe batekin, inork ezin dio bere buruari swami titulua eman. Beste swami batengandik bakarrik jasotzen du eskubidez; monje guztiek, beraz, beren jatorri espiritualak guru komun batera, Shankara Jaunarengandik, lotzen dute. Pobrezia, kastitate eta irakasle espiritualarekiko obedientzia botoen bidez, ordena monastiko katoliko kristau askok Swamien Ordenaren antza dute.

Bere izen berriaz gain, normalean *anandaz amaitzen dena*, swamiak Swami Ordenako hamar azpisailetakoa batekin duen lotura formala adierazten duen titulua hartzen du. *Dasanami hauek* edo

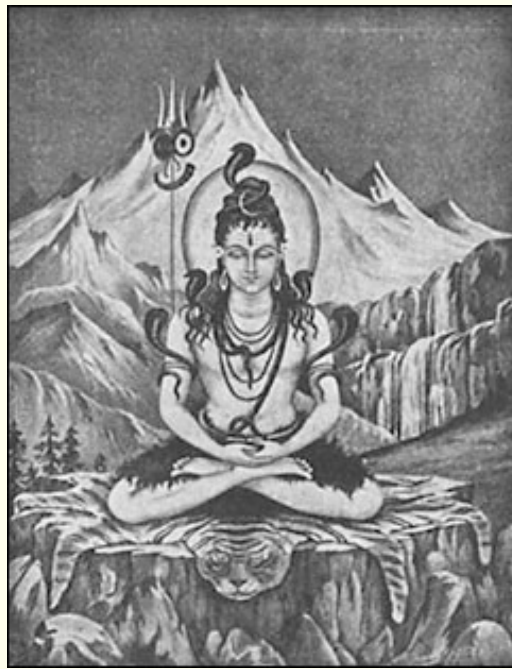
Hamar agnomenen artean *Giri* (mendia) dago, eta Sri Yukteswar eta, beraz, ni neu ere bai, zeinaren parte garen. Beste adar batzuen artean, *Sagar* (itsasoa), *Bharati* (lurra), *Aranya* (basoa), *Puri* (eremua), *Tirtha* (erromeslekua) eta *Saraswati* (naturaren jakinduria) daude.

ananda) lortzea adierazten du jainkozko kalitate edo egoera baten bidez — maitasuna, jakinduria, debozioa, zerbitzua, yoga— eta naturarekiko harmoniaren bidez, ozeanoen, mendien eta zeruen zabalera infinituan adierazten den bezala.

Gizateria osoari zerbitzu altruista emateko idealak, eta lotura eta anbizio pertsonalak ukatzeko idealak, swami gehienak Indian edo noizean behin atzerriko lurraldeetan giza eta hezkuntza lanetan aktiboki parte hartzera eramaten ditu. Kasta, sinesmen, klase, kolore, sexu edo arrazako aurreiritzi guztiak alde batera utzita, swami batek giza anaitasunaren arauak jarraitzen ditu. Bere helburua Espirituarekin batasun absolutua da. Bere kontzientzia esna eta lotan "Ni naiz Hura" pentsamendurekin blaituz, pozik ibiltzen da, munduan, baina ez munduan. Horrela bakarrik justifikatu dezake bere swami titulua - batasuna lortu nahi duenak. Swa edo Norberarekin. Ez da beharrezkoa gehitzea formalki titulua duten swami guztiek ez dutela arrakasta bera beren helburu gorena lortzeko .

Sri Yukteswar swami eta yogi bat zen aldi berean. Swami bat, antzinako ordenarekin duen loturagatik monje bat formalki, ez da beti yogi bat. Jainkoarekin kontaktuan jartzeko teknika zientifiko bat praktikatzen duen edonor yogi bat da; ezkondata edo ezkongabea izan daiteke, munduko gizona edo erlijio lotura formalak dituen. Swami batek arrazoiketa lehorraren bidea bakarrik jarrai dezake, hotzarena... uko egitea; baina yogi batek prozedura zehatz eta pausoz pauso batean murgiltzen da, zeinaren bidez gorputza eta adimena diziplinatu eta arima askatu egiten den. Ezer ez eman gabe arrazoi emozionalengatik edo fedeagatik, yogi batek ariketa sorta ondo probatu bat praktikatzen du, lehen rishiek lehen aldiz planifikatu zituztenak. Yogak, Indiako aro guztietan, benetan libre bihurtu diren gizonak sortu ditu, benetako Yogi-Kristoak.

Beste edozein zientzia bezala, yoga klima eta garai guztietako jendearentzat aplikagarria da. Idazle ezjakin batzuek aurreratutako teoria, yoga "mendebaldekoentzat egokia ez dela" dioena, guztiz faltsua da, eta, tamalez, ikasle zintzo askori eragotzi die bere bedeinkapen ugariak bilatzea. Yoga pentsamenduen turbulentzia naturala mugatzeko metodo bat da, bestela inpartzialki eragozten baitute... gizaki guztiek, lurralde guztietakoek, beren benetako Espirituaren izaera ikustea eragozten dute. Yogak ezin du ezagutu oztopo bat Ekialdea eta Mendebaldea, eguzkiaren argi sendagarri eta bidezkoak baino gehiago. Gizakiak pentsamendu lasaiak dituen gogoia duen bitartean, yoga edo kontrolaren behar unibertsala izango da.



"ren bidez B. K. Mitra barruan "Kalyana- Kalpatur-

THE JAUNA SARTU BERE ALDERDIA AS SHIVA

Krishna bezalako pertsonaia historikoa ez den arren, Shiva Jainkoari bere hirukoitzaren azken alderdian ematen zaion izena da (Sortzailea-Kontserbatzailea-Suntsitzailea). Shiva, *maya* edo engainuaren Suntsitzailea, sinbolikoki irudikatzen da idatzi santuetan Uko Egiteen Jauna, Yogien Erregea bezala. Hindu artean beti ilberria ileetan duela eta suge kaputxadunen girlanda bat jantzita agertzen da, gaizkia gaindituta eta jakinduria perfektuaren antzinako ikurra. Orojakintasunaren "begi bakarra" irekita dago bere kopetan.

Antzinako Patanjali rishiak "yoga" definitzen du "adimen-materialaren gorabeheren kontrola" gisa. **24-4** Bere azalpen oso labur eta maisulanek, *Yoga Sutrak*, hindu filosofiaren sei sistemetako bat osatzen dute. **24-5** Mendebaldeko filosofiekin alderatuta, sei hindu sistemek ez dituzte irakaspen teorikoak bakarrik, baita praktikoak ere, gorpuzten. Imajina daitekeen ikerketa ontologiko oroz gain, sei sistemek sei diziplina zehatz formulatzen dituzte, sufrimendua behin betiko kentzera bideratuak. zoriontasun denboragabea lortzea.

Sei sistemak lotzen dituen hari komuna gizakiarentzat benetako askatasunik ez dagoela dioen adierazpena da, azken Errealitatearen ezagutzarik gabe. *Upanishad berriek Yoga Sutrak*, sei sistemen artean, egiaren pertzepzio zuzena lortzeko metodo eraginkorrenak dituztela diote. Yogaren teknika praktikoen bidez, gizakiak betiko atzean uzten ditu espekulazioaren eremu antzuak eta esperientzian ezagutzen du benetako Esentzia.

Patanjalik azaldutako Yoga sistema Zortzi Bide bezala ezagutzen da. Lehen urratsek,

(1) yama eta (2) niyama , *hamar moral negatibo eta positibo betetzea eskatzen dute: besteei kalte egitea saihestea, gezurra esatea, lapurtzea, inkontinentzia saihestea , opariak jasotzea (betebeharrak dakartzana); eta gorputzaren eta gogoaren garbitasuna, poztasuna, autodiziplina, ikasketa eta Jainkoarekiko debozioa.*

Hurrengo urratsak hauek dira: (3) *asana* (jarrera zuzena); bizkarrezurra zuzen mantendu behar da, eta gorputza tinko meditaziorako posizio eroso batean; (4) *pranayama* (*pranaren* kontrola , bizitzako korrante sotilak); eta (5) *pratyahara* (zentzumenak kanpoko objektuetatik erretiratzea).

Azken urratsak yoga mota egokiak dira: (6) *dharana* (kontzentrazioa); adimena pentsamendu bakarrean eustea; (7) *dhyana* (meditazioa) eta (8) *samadhi* (pertzepzio gainkontzientea). Hau da Yogaren Zortzi Bidea **24-6 eta horrek** *Kaivalyaren* (*Absolutuaren*) azken helburura eramaten gaitu , ulergarriagoa den terminoa "ulermen intelektual ororen gainetik dagoen Egiaren errealizazioa " bezala adieraz daitekeena.

«Zein da handiagoa?», galdetu dezake norbaitek, «swami bat ala yogi bat?». Jainkoarekin behin betiko batasuna lortzen denean, bide desberdinen arteko bereizketak desagertzen dira. *Bhagavad Gitak* , ordea, adierazten du yogaren metodoak osoak direla. Bere teknikak ez daude mota eta temperamentu jakin batzuetarako bakarrik pentsatuta, hala nola bizitza monastikora jotzen duten gutxi batzuetarako; yogak ez du leialtasun formalik behar. Yoga zientziak behar unibertsal bat asetzen duenez, aplikazio unibertsal naturala du.

Benetako yogi bat munduan betebeharrez egon daiteke; han gurina uretan bezala dago, eta ez gizateria irabiatu gabe eta diziplinatu gabearen esne erraz urtua bezala. Norberaren lurreko erantzukizunak betetzea da, hain zuzen ere, biderik altuena, baldin eta yogiak, desio egoistekiko loturarik gabe mantenduz, Jainkoaren tresna borondatezko gisa bere eginkizuna betetzen badu.

Gaur egun, amerikar, europar edo hinduak ez diren beste gorputz batzuetan bizi diren arima handi ugari daude, nahiz eta inoiz ez dituzten *yogi* eta *swami hitzak entzun* , baina termino horien benetako eredu direnak. Gizateriarekiko duten zerbitzu desinteresatuagatik, edo pasioen eta pentsamenduen gaineko nagusitasunagatik, edo Jainkoarenganako maitasun hutsagatik, edo kontzentrazio ahalmen handiagatik, zentzu batean yogiak dira; yoga-auto-orientazioa helburutzat hartu dute. kontrola. Gizon hauek are maila altuagoetara iritsi litezke yogaren zientzia zehatza irakatsiko balitzaie, eta horrek norberaren gogoaren eta bizitzaren norabide kontzienteagoa ahalbidetzen du.

Yoga azaletik gaizki ulertu dute Mendebaldeko idazle batzuek, baina haren kritikoak ez dira inoiz izan bere praktikatzaileak. Artean asko pentsakor omenaldiak ra yoga maiatza izan aipatu bat egilea Doktorea C. G. Jung, hau ospetsu Suitzarra psikologo.

«Metodo erlijioso batek bere burua 'zientifiko' gisa gomendatzen duenean, Mendebaldeko publikoak ziurtzat jo dezake. Yogak itxaropen hori betetzen du», idazten du Jung doktoreak. **24-7** "Berriaren xarma eta erdi ulertutakoaren lilura alde batera utzita, badago arrazoi on bat Yogak jarraitzaile asko izateko." Kontrolatu

daitekeen esperientziaren aukera eskaintzen du, eta horrela asetzen du 'gertaeren' behar zientifikoa, eta horrez gain, bere zabalera eta sakontasunagatik, bere adin zaharreagatik, bere doktrina eta metodoagatik, bizitzako fase guztiak barne hartzen dituztenak, amestu ere egin ezin diren aukerak agintzen ditu.

"Praktika erlijioso edo filosofiko orok diziplina psikologiko bat esan nahi du, hau da, higie mentalaren metodo bat. Yogaren prozedura anitz eta guztiz gorputzekoak **24-8**" gimnasia eta arnasketa ariketa arruntak baino hobea den higie fisiologiko bat ere esan nahi du, ez baita soilik mekanizista eta zientifikoa, baita filosofikoa ere; gorputzeko atalen entrenamenduan,

batzen ditu haiek -rekin hau osoa -ren hau espiritua, bezala da nahiko argi, -rako adibidez, barruan hau *Pranayama* ariketak non *Prana* da biak hau arnasa eta hau unibertsala dinamika -ren hau kosmosa.

"Banakoak egiten ari den gauza gertaera kosmiko bat ere bada, gorputzean bizitako efektua (inerbazioa) espirituaren emozioarekin (ideia unibertsalarekin) bat egiten du, eta hortik batasun bizia garatzen da, eta ez dago inongo teknikak, zientifikoa izan arren, sortu dezakeenik. Yoga praktika pentsaezina da, eta eraginkorra ere ez litzateke izango, Yoga oinarritzen den kontzepturik gabe. Gorputza eta espirituala modu izugarri osatuan konbinatzen ditu elkarrekin."

"Ekialdean, ideia eta praktika hauek garatu diren lekuan, eta milaka aldiz..." Urteetan zehar tradizio etengabe batek beharrezko oinarri espiritualak sortu ditu. Yoga, erraz sinesten dudan bezala, gorputza eta adimena batzeko metodo ezin hobe eta egokia da, ia zalantzan jarri ezin den batasun bat osatzeko. Batasun honek kontzientzia gainditzeko duten intuizioak posible egiten dituen jarrera psikologikoa sortzen du.

Mendebaldeko eguna hurbiltzen ari da, non autokontrolaren barne-zientzia naturaren kanpoko konkista bezain beharrezkoa izango den. Aro Atomiko berri honek gizakien adimenak soildu eta zabalduko ditu, orain zientifikoki ukaezina den egia horrek: materia, egia esan, energia-kontzentratu bat dela. Giza adimenaren indar finagoek harri eta metalen barruan daudenak baino energia handiagoak askatu ditzakete eta askatu behar dituzte, askatu berri den erraldoi atomiko materialak munduaren aurka suntsipen burugabea ez jo ez dezan. **24-9**

.....
24-1 : Ni *Korintoarrei* 7:32-33 .

24-2 : Literalki, "Hau arima da Espiritua." The Gorena Espiritua, hau Sortu gabea, da guztiz baldintzatu gabe (*neti*, *neti* ez hau, ez hori) baina *Vedantan askotan Sat-Chit-Ananda* bezala aipatzen da , hau da, Izate-Adimena-Zoriontasuna.

24-3 Batzuetan Shankaracharya deitzen zaio. *Acharya-k* "erlijio irakaslea" esan nahi du. Shankararen data ohiko eskolastikaren erdigunea da. gatazka. A gutxi erregistroak adierazi hori hau paregabea monista bizi izan zen -tik 510 ra 478 K.a.; Mendebaldeko historialariak K.o. VIII. mendearen amaierari esleitu diote. Shankararen *Brahma Sutren azalpen ospetsuan interesa duten irakurleek* ingelesezko itzulpen zaindua aurkituko dute Paul Deussen doktorearen *System Of The Vedanta liburua* (Chicago: Open Court Publishing Company, 1912). Laburra laburpenak -tik bere idazkiak borondatea izan aurkitu barruan *Hautatua Lanak -ren Sri Shankaracharya* (Natesan & Konpainia, Madras).

24-4 : "*Txita vritti "nirodha"* - *Yoga Sutra* Ni:2. Patanjaliaren data da ezezaguna, nahiz eta bat zenbaki -ren jakintsuak leku bera barruan bigarrena mendea K.a. The rishiak eman aurrera tratatuak piztuta guztiak gaiak -rekin halako ikuspegi hori adinak izan izan indargabe modutik kanpo geratu haiek; hala ere, ra hau ondorengo izua -ren historialariak, hau jakintsuak egina ez ahalegina ra erantsi haien propioa datak eta pertsonalitateak ra haien literario lanak. Haiek bazekien haien bizitzak ziren bakarrik aldi baterako garrantzitsua bezala keinuak -ren hau Bizitza infinitu handia; eta egia hori denboragabea da, marka erregistratu ezinezkoa da, eta ez da norberaren jabetza pribatua.

24-5 : The sei ortodoxo sistemak (*saddarsana*) dira *Sankhya*, *Yoga*, *Vedanta*, *Mimamsa*, *Nyaya*, eta *Vaisesika* . Irakurleak baten akademiko okertuta borondatea gozamina barruan hau ñabardurak eta zabal esparrua -ren hauek antzinako formulazioak bezala laburbilduz, barruan Ingelesa, *Indiako Filosofiaren Historia* , I. liburukia, Surendranath DasGupta irakasleak idatzia (Cambridge University Press, 1922).

24-6 : Ez ra izan nahasita -rekin hau "Noblea Zortzikoitza Bidea" -ren Budismoa, bat gida ra gizonaren jokabide -ren bizitza, bezala jarraitzen du (1) Eskuina Idealak, (2) Eskuinera Motiboa, (3) Eskuinera Hitzaldia, (4) Eskuinera Ekintza, (5) Eskuinera Baliabideak -ren Bizibidea, (6) Eskuinera Ahalegina, (7) (Norberaren) Oroitzapen Zuzena, (8) Errealizazio Zuzena (*samadhi*).

24-7 : Doktorea Jung bertaratu hau Indiarra Zientzia Kongresua barruan 1937an eta jaso bat ohorezko gradu -tik hau Unibertsitatea Kalkutakoa .

24-8 : Doktorea Jung da hemen erreferentzia eginez ra *Hatha Yoga* , bat espezializatua adarra -ren gorputzeko jarrerak eta teknikak -rako osasuna eta

iraupen luzera. *Hatha* da erabilgarria, eta ekoizten du ikusgarri fisikoa emaitzak, baina hau adarra -ren yoga da txiki .erabilia egilea yogiak askapen espiritualaren alde egina

24-9 Platonen *Timeo* Atlantidako istorioan, biztanleen ezagutza zientifikoaren egoera aurreratuaren berri ematen du. Uste da galdutako kontinentea K.a. 9500 inguruan desagertu zela naturaren kataklismo baten ondorioz; metafisika idazle batzuek, ordea, estatu hori hau Atlantearrak ziren suntsituta bezala bat emaitza -ren haien gaizki erabili -ren atomikoa boterea. Bi Frantsesa idazleak Duela gutxi *Atlantidako bibliografia* bat bildu dute , 1700 erreferentzia historiko eta bestelako erreferentzia baino gehiago zerrendatzen dituen.

KAPITULUA: 25

Anaia Ananta Eta Arreba Nalini

"Ananta ezin bizi; hau harea -ren bere karma -rako hau bizitza izan korrika egin kanpoan."

Hitz hauek nire barne-kontzientziara iritsi ziren goiz batean meditazio sakonean eserita nengoela. Swami Ordenan sartu eta gutxira, nire jaioterria, Gorakhpur, bisitatu nuen, Ananta anaia nagusiaren gonbidatu gisa. Bat-bateko gaixotasun batek ohean sartu zuen; maitasunez zaindu nuen.

Barne-adierazpen solemne hark atsekabeaz bete ninduen. Gorakhpurren denbora gehiagoz egon ezin nuela sentitu nuen, nire anaia nire begirada babesgabearen aurrean kenduta ikustea besterik ez. Senideen kritikak ulertezin artean, India utzi nuen eskuragarri zegoen lehenengo itsasontzian. Birmania eta Txinako itsasoa zeharkatu zituen Japoniaraino. Koben lehorreratu nintzen, eta han egun gutxi batzuk baino ez nituen eman. Bihotza astunegi neukan turismoa egiteko.

Indiarako itzulerako bidaian, itsasontzia Shanghain iritsi zen. Han, Misra doktoreak, itsasontziko medikuak, hainbat bitxikeria-dendatara eraman ninduen, eta han opari desberdinak aukeratu nituen Sri Yukteswarrentzat, nire familiarentzat eta lagunentzat. Anantarentzat, banbuzko pieza handi bat erosi nuen. Txinako saltzaileak banbuzko oroigarria eman bezain laster, lurrera bota nuen, oihuka: "Hau erosi dut nire anaia maite hilarentzat!".

Argi eta garbi konturatu nintzen bere arima Infinituan askatzen ari zela. Oroigarria zorrotz eta sinbolikoki pitzatu zen erortzean; negar artean, banbuzko gainazalean idatzi nuen: "Nire maite Anantarentzat, orain joan denarentzat".

Nire lagunak, medikuak, irribarre sardoniko batekin begiratzen zien gertakari hauei. «Gorde malkoak», esan zuen. «Zergatik isuri malkoak hilda dagoela ziur egon arte?»

Gure itsasontzia Kalkutara iritsi zenean, Misra doktoreak berriro lagundu zidan. Bishnu anaia gazteena kaian zain zegoen ni agurtzeko.

«Badakit Ananta bizitza honetatik joan dela», esan nion Bishnuri, hitz egiteko denborarik izan baino lehen. «Mesedez, esadazu niri, eta hemengo medikuari, noiz hil zen Ananta».

Bishnu izendatua hau data, zein zen hau oso egun hori Ni izan erosi hau oroigarriak barruan Shanghai.

«Begira hemen!», esan zuen Misra doktoreak. «Ez utzi honen berririk zabaltzen! Irakasleek urtebeteko telepatia mentalaren azterketa gehituko diote medikuntza ikastaroari, eta dagoeneko nahikoa luzea da!»

Aitak bero besarkatu ninduen Gurpar Road-eko etxera sartu nintzenean. "Etorri zara", esan zidan samurki. Bi malko handi erori zitzaizkion begietatik. Normalean ez hain erakusgarria, inoiz ez zidan maitasun keinu horiek erakutsi. Kanpotik aita serioa zen, barrutik bihotz urtua zuen. -ren bat ama. Barruan guztiak bere harremanak -rekin hau familia, bere bikoitza guraso rola zen nabarmen agerian.

Ananta hil eta gutxira, jainkozko sendaketa batek nire arreba gaztea den Nalini heriotzaren atetik berpiztu zuen. Istorioa kontatu aurretik, bere bizitzako zenbait fase aipatuko ditut.

Naliniren eta nire arteko haurtzaroko harremana ez zen oso zoriontsuena izan. Oso argala nintzen; bera are argalagoa. Psikiatrek erraz identifikatuko duten motibo edo "konplexu" inkontziente baten bidez, askotan nire ahizpa bere itxura kadaberosoagatik iseka egiten nion. Bere erantzunak gaztaro osoaren zintzotasun gogorraz blai zeuden.

Batzuetan Amak esku hartzen zuen, haurren liskarrak aldi baterako amaituz, belarrian laztando leun bat emanez, belarri zaharrena banintz bezala.

Denbora pasa zen; Nalini Kalkutako mediku gazte batekin, Panchanon Boserekin, ezkontzeko hitza eman zuen. Aitak dote eskuzabala jaso zuen, ziurrenik (arrebari esan nion bezala) konpentsatzeko... senargaia gizaki babarrun-zutoin batekin aliatzean izango zuen patuarengatik.

Zehaztu ezkontza errituak ziren ospatu barruan zor denbora. Piztuta hau ezkontza gaua, Ni batu da hau Kalkutako gure etxeko egongelan senide talde handi eta alai bat. Senargaia urrezko brokaduraz apaindutako burko erraldoi baten gainean zegoen makurtuta, Nalini alboan zuela. Zeta morezko *sari eder bat* **25-1** ezin izan nuen, tamalez, bere angelutasuna guztiz ezkutatu. Nire ohe berriaren burkoaren atzean babestu nintzen koinatua eta irribarre atsegina egin zion. Ez zuen Nalini ikusi ezkontza-zeremoniaren egunera arte, azkenean ezkontza-loterian zer irabaziko zuen jakin zuen arte.

Nire errukia sentituz, Bose doktoreak Naliniri seinalatu zion diskretuki, eta belarrira xuxurlatu zidan: "Esazu, zer da hau?"

"Zergatik, Doktorea," Ni erantzun zuen, "hura da bat eskeleto -rako zure behaketa!"

Barre algaraka geundela, koinatuak eta biok nekez mantendu genuen behar bezalako dekoruma gure senide bilduen aurrean.

Urteak aurrera joan ahala, Bose doktorea gure familiarentzat maitatua bihurtu zen, eta hauek gaixotasuna agertzen zen bakoitzean bisitan joaten ziren. Bera eta biok lagun minak egin ginen, askotan elkarrekin txantxetan, normalean Nalini gure jomuga izanik.

«Bitxikeria medikoa da», esan zidan koinatuak egun batean. «Dena probatu dut zure ahizpa argalarekin: bakailao-gibeleko olio, gurina, malta, eztia, arraina, haragia, arrautzak, tonikoak. Hala ere, ez da ehunen bat ere puzten». Biok barre egin genuen.

Egun batzuk geroago Bose-tarren etxea bisitatu nuen. Nire hara joateko eginkizunak minutu batzuk besterik ez zituen iraun; alde egiten ari nintzen, oharkabea, Nalinik utzita, uste nuen. Sarrerako atera iritsi nintzenean, haren ahotsa entzun nuen, atsegina baina aginduzalea.

"Anaia, zatoz hona. Oraingoan ez nauzu ihes egingo. Zurekin hitz egin nahi dut." Eskailerak igo nituen bere gelara. Harrituta, negarrez zegoen.

«Anaia maitea», esan zuen, «lurpera dezagun aizkora zaharra. Ikusten dut zure oinak bide espiritualetan sendo daudela orain. Zure antzekoa izan nahi dut alde guztietatik». Itxaropentsu gaineratu zuen: «Itxuraz sendoa zara orain; lagundu al didazu? Nire senarra ez zait hurbiltzen, eta hain maite dut!».

Baina are gehiago Jainkoaren errealizazioan aurrera egin nahi dut, argal jarraitu behar badut ere **25-2** eta erakargarria ez dena».

Bere erreguak bihotza hunkitu zidan. Gure adiskidetasun berria pixkanaka aurrera egin zuen; egun batean nire dizipulu izateko eskatu zidan.

«Nahi duzun moduan trebatu nazazu. Nik Jainkoarengan jartzen dut nire konfiantza, tonikoen ordeztu». Beso bete sendagai bildu eta teiatuko hustubidetik behera bota zituen.

Bezala bat proba -ren bera fedea, Ni galdetu bera ra baztertu -tik bera dieta guztiak arraina, haragia, eta arrautzak.

Hainbat hilabeteren buruan, zeinetan Nalinik nik azaldutako arauak zorrotz bete zituen, eta zailtasun ugari izan arren bere dieta begetarianoari eutsi zion, bisitan joan nintzen.

«Arreba, kontzientziaz bete dituzu agindu espiritualak; zure saria gertu dago». Irribarre maltzur bat egin nuen. «Zenbat potolo izan nahi duzu, urteetan oinak ikusi ez dituen gure izeba bezain potolo?»

"Ez!" Baina Ni luze ra izan bezala sendoa bezala zu dira."

Solemneki erantzun nion. «Jainkoaren graziaz, beti egia esan dudan bezala, egia esaten dut orain. **25-3** Jainkozko bedeinkapenei esker, zure gorputza benetan aldatuko da gaurtik aurrera; hilabete barru nirearen pisu bera izango du.

Bihotzetik ateratako hitz hauek bete ziren. Hogeita hamar egunetan, Naliniren pisua nirearen berdina zen. Borobiltasun berriak edertasuna eman zion; senarra maitemindu egin zen sakonki. Haien ezkontza, hain hasita...

modu txarrean, buelta eman kanpoan ra izan idealki zoriontsu.

Japoniatik itzuli nintzenean, jakin nuen nire kanpoan zegoela Nalini sukar tifoideak jota zegoela. Bere etxera joan nintzen korrika, eta izututa geratu nintzen eskeleto huts bihurtuta ikustean. Koman zegoen.

«Gaixotasunak burua nahasi aurretik», esan zidan nire koinatuak, «askotan esaten zuen: 'Mukunda anaia hemen balego, ez nuke horrela egongo'». Etsipenez gaineratu zuen: «Beste medikuek... eta neure burua ikusi ez itxaropena. Odola disenteria du multzo barruan, ondoren bera luze borroka -rekin tifusa".

Nire otoitzekin zerua eta lurra mugitzen hasi nintzen. Anglo-indiar erizain bat kontratatuz, zeinak erabateko lankidetza eman zidan, sendatzeko hainbat yoga teknika aplikatu nizkion nire arrebari. Odol-disenteria desagertu egin zen.

Baina Bose doktoreak burua astindu zuen triste. «Ez du odol gehiago

isurtzeko». «Sendatuko da», erantzun nion ausardiaz. «Zazpi egun barru

sukarra desagertuko zaio».

Astebete geroago, oso pozik nengoen Nalini begiak ireki eta maitasunez eta aitoritzaz begiratzen ninduela ikustean. Egun hartatik aurrera, bere sendatzea azkarra izan zen. Ohiko pisua berreskuratu bazuen ere, ia hilgarria izan zen gaixotasunaren orbain triste bat zeraman: hankak paralizatuta zituen. Indiako eta Ingalaterrako espezialistek elbarri itxaropenik gabe zegoela adierazi zuten.

Otoitz eginez haren bizitzaren aldeko etengabeko gerrak nekatu egin ninduen. Joan nintzen Serampore Sri Yukteswarren laguntza eskatzeko. Bere begiek sakoneko enpatia adierazi zuten Naliniren egoeraren berri eman nionean .

«Zure arrebaren hankak normal egongo dira hilabete baten buruan». Gaineratu zuen: «Utzi azalaren ondoan bi kilateko perla zulatu gabeko bat duen eraztun bat eramaten, kako batez lotuta».

Ni etzanda neure burua -n bere oinak -rekin alai erliebea.

"Jauna, maisua zara; sendatuko dela diozun hitza nahikoa da. Baina tematzen bazara, berehala perla bat erosiko diot."

Nire guruak baietz egin zuen buruarekin. «Bai, egin hori». Jarraian, Naliniren ezaugarri fisiko eta mentalak zuzen deskribatu zituen, inoiz ikusi ez zuena.

"Jauna," Ni galdetu zuen, "da hau bat astrologikoa analisisa? Zu egin ez jakin bera jaiotza egun edo ordua."

Sri Yukteswarrek irribarre egin zuen. "Badago astrologia sakonago bat, egutegien eta erlojuen testigantzan oinarritzen ez dena. Gizaki bakoitza Sortzailearen edo Gizaki Kosmikoaren parte da; gorputz zerutiarra eta lurrekoa ditu. Giza begiak forma fisikoa ikusten du, baina barneko begiak sakonago sartzen du, baita gizaki bakoitza zati integral eta indibiduala den eredu unibertsalera ere".

Ni itzuli ra Kalkuta eta erosi bat perla -rako Nalini. A hilabete geroago, bera paralizatuta hankak ziren

guztiz sendatu.

Arrebak eskatu zidan nire guruari bihotzez eskertzeko. Isiltasunean entzun zuen bere mezua. Baina alde egiten ari nintzela, iruzkin haurdun bat egin zuen.

"Zure ahizpari mediku askok esan diote ezin izango duela inoiz seme-alabarik izan. Ziurtatu iezaiozu urte gutxi barru bi alaba izango dituela."

Batzuk urteak geroago, ra Naliniren poza, bera zulatu bat neska, jarraitua barruan bat gutxi urteak egilea beste bat alaba.

«Zuen maisuak gure etxea, gure familia osoa bedeinkatu du», esan zuen nire arrebak. «Gizon horren presentzia India osoaren santutzea da. Anaia maitea, mesedez, esan iezaiozu Sri Yukteswarji, zure bidez, apalki bere *Kriya Yoga* dizipuluetako bat bezala hartzen dudala neure burua».

.....
25-1 : The dotoreki drapeatuta soinekoa -ren Indiarra emakumeak.

25-2 : Zeren eta gehien pertsonak barruan India dira mehe, arrazoizkoa potolotasun da kontuan hartu oso desiragarria.

25-3 : The Hindua idatzi santuak deklaratu hori horiek MOE ohituraz hitz egin hau egia borondatea garatu hau boterea -ren gauzatzen haien hitzak. Bihotzetik esaten dituzten aginduak bizitzan beteko dira.

KAPITULUA: 26

The Zientzia -ren Kriya Yoga

Kriya Yogaren zientzia , orrialde hauetan hainbestetan aipatua, oso ezaguna egin zen India modernoan, Lahiri Mahasayaren, nire guruaren guruaren, bitartekotzaz. *Kriyaren sanskrito erroa kri* da , egitea, jardutea eta erreakzionatzea; erro bera aurkitzen da *karma* hitzean , kausa eta efektuaren printzipio naturala. Beraz, *Kriya Yoga* "Infinituarekin batasuna (yoga) da ekintza edo erritu jakin baten bidez". Bere teknika leialki jarraitzen duen yogi bat pixkanaka askatzen da karmatik edo kausalitate-kate unibertsaletik.

Kriya Yogaren azalpen osoa eman publiko orokorrarentzat zuzendutako liburu baten orrialdeetan. Benetako teknika *Kriyaban* edo *Kriya Yogi batetik ikasi behar da* ; hemen erreferentzia zabal bat nahikoa izan behar da.

Kriya Yoga da bat sinplea, psikofisiologiko metodo egilea zein hau gizaki odola da deskarbonizatua

eta oxigenoz kargatzen da. Oxigeno gehigarri honen atomoak bizi-korronte bihurtzen dira garunaren eta bizkarrezurreko zentroak gaztetzeko. **26-1** Zain-odolaren metaketa geldiaraziz, yogiak ehunen usteltzea gutxitu edo eragotzi dezake; yogi aurreratuak bere zelulak energia puru bihurtzen ditu. Elias, Jesus, Kabir eta beste profeta batzuk maisuak izan ziren *Kriya* edo antzeko teknika bat erabiltzen, zeinaren bidez beren gorputzak nahi bezala desmaterializatzen zituzten.

Kriya zientzia zaharra da. Lahiri Mahasayak bere guruarengandik, Babajirengandik, jaso zuen, zeinak teknika berraurkitu eta argitu baitzuen Aro Ilunean galdu ondoren.

« XIX. mende honetan munduari zure bidez ematen ari naizen *Kriya Yoga* », *esan zion Babajik Lahiri Mahasayari*, «*Krishnak duela milaka urte Arjunari eman zion zientzia beraren berpizkundera da, eta geroago Patanjali, Kristori, San Joani, San Paulori eta beste dizipuluei ere ezagutu zitzaion zientzia bera*».

Kriya Yoga aipatzen du *Bhagavad Gitaren estrofa batean* : "Arnasa hartu irteerako arnasari eta irteerako arnasari eskainiz, yogiak bi arnas hauek neutralizatzen ditu; horrela, bihotzeko bizi-indarra askatzen du eta bere kontrolpean jartzen du". **26-2** Interpretazioa hau da: "Yogiak gorputzeko gainbehera geldiarazten du bizi-indarra gehituz, eta gorputzeko hazkunde-mutazioak geldiarazten ditu *apan bidez* (korrontea ezabatuz). Horrela, gainbehera eta hazkundera neutralizatuz, bihotza baretuz, yogiak bizitzaren kontrola ikasten du".

Krishnak **26-3** ere **kontatzen ditu** bera izan zela, aurreko enkarnazio batean, yoga suntsiezina Vivasvat antzinako iluminato bati jakinarazi ziona, eta hark Manuri, legegile handiari, eman zion. **26-4** Hark, aldi berean, Ikshwaku, Indiako eguzki-gerlari dinastiaren aita, instrukzioa eman zion. Horrela, batetik bestera igaroz, errege-yoga rishiek zaindu zuten aro materialistek iritsi arte. **26-5** Orduan, apaizen sekretuaren eta gizakiaren axolagabekeriaren ondorioz, ezagutza sakratua pixkanaka eskurazina bihurtu zen.

Kriya Yoga bi aldiz aipatzen du Patanjali jakintsu zaharrak, yogaren ordezkari nagusienak, idatzi zuenak: " *Kriya Yoga gorputzaren diziplina, kontrol mentala eta Aum* -en meditazioan datza ". **26-6** Patanjalik Jainkoa meditazioan entzuten den *Aum-en benetako Soinu Kosmiko bezala hitz egiten du*. **26-7** *Aum* Hitz Sortzailea da, **26-8** Bibrazio Motorraren soinua. Yoga-hasiberriak ere laster entzuten du barnean *Aum-en soinu miragarria* . Zoriontasun espiritualeko animo hau jasotzean, debotoak ziurtatzen du jainkozko erresumekin benetako harremanetan dagoela.

Patanjalik bigarren aldiz aipatzen du bizitzaren kontrola edo *Kriya* teknika honela: "Askapena lor daiteke inspirazioaren eta espirazioaren ibilbidea bereiziz lortzen den *pranayama horren bidez*". **26-9**

San Paulok *Kriya Yoga ezagutzen zuen* , edo oso antzeko teknika bat, zeinaren

bidez bizitzako korronteak zentzumenetara eta zentzumenetatik aldatzeko gai zen. Horregatik, esan zezakeen: "Egiaz, Kristogan dudan pozagatik protestatzen dut, *egunero hiltzen naizela* ". **26-10** Egunero bere gorputzeko bizi-indarra erretiratuz, yoga batasunaren bidez batu zuen Kristoren kontzientziaren pozarekin (betiko zoriontasunarekin). Zoriontasun egoera horretan,

kontzienteki jakitun -ren izatea hilda ra hau engainagarri zentzumenezko mundua -ren *maia* .

Jainkoarekiko kontaktuaren hasierako egoeretan (*sabikalpa samadhi*), debotoaren kontzientzia Espiritu Kosmikoaz bat egiten du; bere bizi-indarra gorputzetik ateratzen da, eta "hilda" edo geldirik eta zurrin agertzen da. Yogia guztiz jabetzen da bere gorputz-egoeraz, animazio etenaz. egoera espiritual altuagoetara (*nirbikalpa samadhi*) aurrera egiten badu ere, Jainkoarekin elkartzen da gorputz-finkapenik gabe, eta bere ohiko esna-kontzientzian, munduko betebeharrak zorrotzen erdian ere. **26-11**

« *Kriya Yoga* giza eboluzioa bizkortzeko tresna bat da», azaldu zien Sri Yukteswarrek bere ikasleei. «Antzinako yogiek aurkitu zuten kontzientzia kosmikoaren sekretua arnasketaren maisutasunarekin estu lotuta dagoela. Hau da Indiaren ekarpen bakarra eta hilezin bakarra munduko ezagutza altxorrari. Bihotzaren ponpa mantentzeko normalean xurgatzen den bizi-indarra jarduera altuagoetarako askatu behar da, arnasketaren etengabeko eskakizunak baretzeko eta baretzeko metodo baten bidez».

Kriya Yogiak bere bizi-energia mentalki zuzentzen du bizkarrezur-muineko sei zentroen inguruan (muin-muina, zerbikala, dortsala, lunbarra, sakrala eta kokzigeala) biratzera, zodiakoaren hamabi zeinu astralei dagozkienak, Kosmiko Gizon sinbolikoari. Gizakiaren bizkarrezur-muin sentikorraren inguruko energiaren biraketa erdi batek aurrerapen sotila eragiten du bere eboluzioan; *Kriya erdi minutu horrek* urtebeteko garapen espiritual naturala dakar.

Gizakiaren sistema astrala, begi espiritual orojakilearen eguzkiaren inguruan biratzen diren sei barne-konstelazioekin (hamabi polaritatearen arabera), eguzki fisikorekin eta hamabi zodiako-zeinuekin lotuta dago. Beraz, gizaki guztiak barne-unibertso batek eta kanpoko batek eragiten dituzte. Antzinako rishiek aurkitu zuten gizakiaren lurreko eta zeruko inguruneak, hamabi urteko zikloetan, bere bide naturalean aurrera bultzatzen duela. Eskriturek diote gizakiak milioi bat urteko eboluzio normal eta gaixotasunik gabekoa behar duela bere giza garuna perfektionatzeko eta kontzientzia kosmikoa adierazteko.

mila *Kriyak* yogiari, egun batean, mila urteko eboluzio naturalaren baliokidea ematen dio: 365.000 urteko eboluzioa urtebetean. Horrela, hiru urtean, *Kriya Yogi batek* ahalegin adimentsuaren bidez lor dezake naturak milioi bat urtetan lortzen duen emaitza bera. *Kriya* lasterbidea, noski, yogi sakon garatuek bakarrik har dezakete. Guru baten gidaritzapean, yogi horiek arretaz prestatu dituzte beren gorputzak eta garunak praktika intentsiboak sortutako indarra jasotzeko.

Kriya hasiberriak bere yogi ariketa hamalau edo hogeita zortzi aldiz bakarrik erabiltzen du, egunean bi aldiz. Yogi batzuek sei, hamabi, hogeita lau edo berrogei zortzi urtean lortzen dute emantzipazioa. Yogi batek ... hiltzen da aurretik lortzea

bete gauzatzea darama -rekin bera hau ona karma -ren bere iragana *Kriya* ahalegina; bere bizitza berrian modu harmoniatsuan bultzatzen da bere Helburu Infiniturantz.

Batez besteko gizonaren gorputza berrogeita hamar watt-eko lanpara baten antzekoa da, mila milioi lanpara hartu ezin dituen. *Kriyaren* gehiegizko praktikak piztutako potentzia watt-ak . *Kriyaren* metodo sinple eta "hutsik gabekoen" pixkanaka eta erregulari handituz , gizakiaren gorputza astralki eraldatzen da egunez egun, eta azkenean energia kosmikoaren potentzial infinituak adierazteko egokia da -lehenengo materiala-.

aktibo adierazpen -ren Espiritua.

Kriya Yogak ez du zerikusirik hainbat fanatiko okerrekin irakasten dituzten arnasketa-ariketa ez-zientifikoekin. Arnasa biriketan indarrez eusteko ahaleginak ez dira soilik ez-naturalak, baizik eta oso desatseginak ere bai. *Kriya* , berriz, hasieratik bertatik bakearen gehikuntzarekin eta bizkarrezurrean efektu birsortzailearen sentazio lasaigarriekin batera doa.

Antzinako yoga teknikak arnasa gogo bihurtzen du. Aurrerapen espiritualaren bidez, norbait gai da arnasa gogoaren ekintza gisa ezagutzeko: amets-arnasa.

Asko ilustrazioak ahal izan izan emanda -ren hau matematiko harremana artean gizonaren arnasketa-maiztasuna eta bere kontzientzia-egoeren aldaketak. Arreta guztiz murgilduta duen pertsona batek, eztabaida intelektual estu bat jarraitzean edo balentria fisiko delikatu edo zail bat saiatzean bezala, automatikoki oso poliki arnasten du. Arretaren finkotasuna arnasketa motelaren arabera da; arnasketa azkarrak edo irregularrak egoera emozional kaltegarrien laguntza saihestezina dira: beldurra, lizunkeria, haserrea. Tximino geldiezinak minutuko 32 aldiz arnasten du, aldiz... gizakiaren batez bestekoa 18 aldiz. Elefantea, dortoka, sugea eta beste animalia batzuk ezagunak dira beren bizitza luzeko arnasketa-maiztasuna gizakiarena baino txikiagoa da. Dortokak, adibidez, 300 urte izan ditzake, **26-12** minutuko 4 aldiz bakarrik hartzen du arnasa.

Loaren efektu gaztetzaileak gizakiak gorputzaz eta arnasketaz duen aldi baterako kontzientziarik ez izatearen ondorio dira. Lo dagoen gizona yogi bihurtzen da; gauero inkontzienteki egiten du erritu yogikoa... gorputz-identifikaziotik askatzea, eta bizi-indarra garuneko eskualde nagusiko eta bizkarrezurreko zentroetako sei azpi-dinamoetako sendatze-korronteekin bat egitea. Horrela, lotan dagoenak, jakin gabe, bizitza guztia eusten duen energia kosmikoaren erreserban murgiltzen da.

Yogi boluntarioak prozesu sinple eta natural bat egiten du kontzienteki, ez inkontzienteki, erritmo moteleko lo egiten duenak bezala. *Kriya Yogiak* bere teknika erabiltzen du bere zelula fisiko guztiak argi desintegratzailearekin saturatzeko eta elikatzeke, eta egoera magnetizatuan mantentzeko. Zientifikoki arnasa ez da beharrezkoa bihurtzen, lo inkontzientearen edo inkontzientearen egoerak sortu gabe.

Kriyaren bidez , irteerako bizi-indarra ez da alferrik galtzen eta zentzumenetan gaizki erabiltzen, baizik eta mugatuta dago... bizkarrezurreko energia sotilagoekin berriro elkartu. Bizitzaren indartze horren bidez, yogiaren gorputza eta garuneko zelulak elixir espiritualarekin elektrifikatzen dira. Horrela, lege naturalen betetze ikasitik aldentzen da, eta lege horiek bakarrik eramango dute -janari egokiak, eguzki-argiak eta pentsamendu harmoniatuak emandako bide zuzenen bidez- milioi urteko Helburura. Hamabi urteko bizitza osasuntsu normala behar da garuneko egituraren aldaketa hautemangarri txikiak ere eragiteko, eta milioi bat eguzki-

itzulera behar dira garuneko etxebizitza behar bezala fintzeko kontzientzia kosmikoaren agerpenerako.

Arima gorputzari lotzen dion arnasaren soka askatuz, *Kriyak* bizitza luzatu eta kontzientzia infinituraino handitzeko balio du. Yoga metodoak gogoaren eta materiari lotutako zentzumenen arteko tirabira gainditzen du, eta debotoa askatzen du bere betiko erreinua berriro oinordetzan har dezan. Badaki bere benetako izaera ez dagoela ez estalki fisikoz ezta arnasaz lotuta ere, airearekiko, naturaren oinarritzko konpulsioen menpekotasun hilkorren sinboloa baita.

Introspeksioa, edo "isiltasunean eserita egotea", bizi-indarrak elkarri lotuta dauden adimena eta zentzumenak banatzeko modu ez-zientifiko bat da. Jainkotasunera itzultzen saiatzen den gogo kontemplatiboa etengabe zentzumenetara eramaten du bizitza-korronteek. *Kriya*, adimena *zuzenean* bizi-indarraren bidez kontrolatzea, Infinitura hurbiltzeko biderik errazena, eraginkorrena eta zientifikoena da. Jainkoarengana doan "idi-gurdi" bide teologiko motel eta ziurgabearen aldean, *Kriya* "hegazkinaren" bidea deitu daiteke, arrazoi osoz.

Yoga zientzia kontzentrazio eta meditazio ariketa mota guztien azterketa enpirikoan oinarritzen da. Yogak debotoari bizitzaren korrontea nahi duenean itzaltzeko edo pizteko aukera ematen dio. ikusmenaren, entzumenaren, usaimenaren, dastamenaren eta ukimenaren bost zentzumen-telefonoak. Zentzumen-deskonexioaren botere hau lortuta, yogiak erraza du bere gogoa nahi duen moduan jainkozko erreinuekin edo materiaren munduarekin batzea. Jada ez du nahi gabe bizitza-indarrak sentazio nahasien eta pentsamendu urdurien esfera arruntera itzultzen. Bere gorputzaren eta gogoaren maisua, *Kriya Yogia* azkenean "azken etsaiaren" aurka, heriotzaren aurka, garaipena lortzen du.

Horrela, gizakiez elikatzen den Heriotzaz elikatuko zara: Eta Heriotza hil ondoren, ez dago gehiago hiltzerik orduan. **26-13**

Kriya Yogi aurreratu baten bizitza ez dago iraganeko ekintzen ondorioen eraginpean, arimaren jarraibideen eraginpean soilik. Horrela, debotoak ekintza egoisten, onen eta txarren, bizitza arruntaren, arrano-bihotzentzat astunak eta barraskilo-antzekoak diren, eboluzio-jarraitzaile motelak saihesten ditu.

Arimaren bizitzeko metodo gorenak askatzen du yogia, bere egoaren kartzelatik kenduta, nonahi egotearen aire sakona dastatzen duena. Bizi naturalaren menpekotasuna, aldiz, erritmo umiliagarrian ezartzen da.

Bere bizitza eboluzio-ordenara egokituz, gizakiak ezin dio naturari presarik eskatu, baina, bere dohain fisiko eta mentalen legeen aurka akatsik gabe biziz, milioi bat urte inguru behar ditu maskaradak eginez azken emantzipazioa ezagutzeko.

Yogien metodo teleskopikoak, identifikazio fisiko eta mentaletatik askatuz arimaren indibidualtasunaren alde, milaka mila urte matxinadaz begiratzen dituztenentzat gomendatzen dira. Zenbakizko periferia hau handitu egiten da gizaki arruntarentzat, zeinak ez baitu harmonian bizi naturarekin ere, are gutxiago bere arimarekin, baizik eta konplexutasun ez-naturalak bilatzen dituen, horrela iraingarri barruan bere gorputza eta pentsamenduak hau gozoa osasun mentala - ren natura. -rako bera, bi aldiz bat milioi urte ia ez dira nahikoa askapenerako.

Gizaki gordinak gutxitan edo inoiz ez du konturatzen bere gorputza erreinu bat dela, garezurraren tronuan dagoen Enperadore Arimak gobernatua, bizkarrezur-zentro edo esferetan erregeorde laguntzaileekin. kontzientzia. Teokrazia hau menpekoen multzo baten gainean hedatzen da: hogeita zazpi mila milioi zelula - adimen

automatiko ziur batez hornituak, gorputzeko hazkuntza, eraldaketa eta disoluzio guztiak egiteko - eta berrogeita hamar milioi pentsamendu, emozio eta gizakiaren kontzientzian txandakatzen diren faseen aldakuntza substratualak, hirurogei urteko batez besteko bizitzan. Gorputz edo garuneko zelulen Enperadore Arimaren aurkako edozein matxinada itxurazkoa, gaixotasun edo depresio gisa agertzen dena, ez da herritar xumeen arteko desleialtasunagatik, baizik eta iraganeko edo oraingo gaizki-erabileragatik. gizakia bere indibidualtasunaren edo borondate askearena, arima batekin batera emana eta inoiz ezeztagarria.

Ego azaleko batekin identifikatuz, gizakiak berez hartzen du bera dela pentsatzen, nahi duena, sentitzen duena, otorduak digeritzen dituen eta bizirik mantentzen duena, inoiz ez du hausnarketaren bidez onartzen (apur bat nahikoa litzateke!) bere eguneroko bizitzan iraganeko ekintzen (karma) eta naturaren txotxongilo bat baino ez dela. edo ingurunea. Gizaki bakoitzaren erreakzio intelektualak, sentimenduak, aldarteak eta ohiturak iraganeko kausen ondorioek mugatzen dituzte, bizitza honetakoak edo aurreko batekoak izan. Hala ere, eragin horien gainetik dago bere arima errege. Egia eta askatasun iragankorrak arbuiatuz, *Kriya Yogiak* desilusio oro gainditzen du bere Izate askea. Eskritura guztiek gizakia ez dela gorputz ustelgarri bat, arima bizidun bat baizik aldarrikatzen dute; *Kriyak* egia eskriturala frogatzeko metodo bat ematen dio.

«Kanpoko erritualak ezin du ezjakintasuna suntsitu, ez baitira elkarren kontraesankorrak», idatzi zuen Shankarak bere *Bertsoen Mende ospetsuan* .
«Ezagutza errealizatuak bakarrik suntsitzen du ezjakintasuna... Ezagutza ezin da sortu ikerketaz gain beste biderik. 'Nor naiz ni? Nola jaio zen unibertso hau? Nor da bere egilea? Zein da bere kausa materiala?' Hau da aipatzen den ikerketa mota». Adimenak ez du erantzunik galdera hauetarako; horregatik, rishiek yoga garatu zuten ikerketa espiritualaren teknika gisa.

Kriya Yoga benetako "su erritua" da, *Bhagavad Gitan askotan goraipatzen dena* . Yogaren su purifikatzaileek betiko argitasuna ekartzen dute, eta, beraz, askoz desberdinak dira kanpoko eta eraginkortasun gutxiko erlijio-su zeremoniaetatik, non egiaren pertzepzioa askotan erretzen den, kantu solemneekin batera, intsentsuarekin batera!

Yogi aurreratuak, bere gogoak, borondatea eta sentimendu guztiak gorputzeko desioekin identifikazio faltsutik babestuz, bere gogoak bizkarrezur-muineko santutegietako indar superkontzienteekin batuz, mundu honetan bizi da Jainkoak planifikatu bezala, iraganeko bulkadak edo giza motibazio berrien ezjakintasun berriek bultzatuta gabe. Horrelako yogi batek bere Desira Gorenaren betetzea lortzen du, agortezin zoriontsu den Espirituaren azken babeslekuan seguru.

Yogiak bere giza irrika labirintikoak eskaintzen dizkio Jainko paregabeari eskainitako su monoteista bati. Hau da, hain zuzen ere, benetako yoga suaren zeremonia, non iraganeko eta oraingo desio guztiak jainkozko maitasunak kontsumitzen dituen erregaia diren. Gar Gar Gorenak giza eromen guztiaren sakrifizioa jasotzen du, eta gizakia zikinkeriarik gabe dago. Bere hezurak haragi desiotsu guztiaz biluzik, bere eskeleto karmikoa jakinduriaren eguzki antiseptikoetan zurituta, azkenean garbi dago, gizakiaren eta Egilearen aurrean kaltegabea.

Yogaren eraginkortasun ziur eta metodikoari erreferentzia eginez, Krishna Jaunak yogi teknologikoa goraipatzen du honako hitz hauetan: "Yogia gorputza

diziplinatzen duten aszetak baino handiagoa da, jakinduriaren bidearen (*Jnana Yoga*) edo ekintzaren bidearen (*Karma Yoga*) jarraitzaileak baino handiagoa ere; izan zaitez, Arjuna dizipulu, yogi bat!" **26-14**

.....
26-1 : The adierazi zientzialari, Doktorea George W. Crile -ren Cleveland-en, azaldu aurretik bat 1940an bilera -ren hau Amerikarra Elkartea hau Aurrerapena -ren Zientzia hau esperimentuak egilea zein bera izan frogatu hori guztiak gorputzeko ehunak dira elektrikoki negatiboak, garuneko eta nerbio-sistemako ehunak izan ezik, hauek elektrikoki positiboak izaten jarraitzen baitute oxigeno biziberritzailea abiadura azkarragoan xurgatzen baitute.

26-2 : *Bhagavad Gita* , IV:29.

26-3: *Bhagavad Gita* IV:1-2.

26-4 *Manava Dharma Shastras* -en egilea . Zuzenbide erkide kanonizatuko institutu hauek gaur egun arte indarrean daude Indian. Louis Jacolliot jakintsu frantsesak idazten du Manuren data "Indiako historiaurreko garaia gauean galtzen dela"; eta ez jakintsu du ausartu ra uko egin bera hau titulua -ren hau gehien antzinako legegile barruan hau mundua." Barruan *La Biblia Danak L'inde* , 33-37 orrialdeetan, *Jacolliotek testu-erreferentzia paraleloak erreproduzitzen ditu Justinianoren Erromatar Kodeak Manuren Legeak* zorrotz jarraitzen dituela frogatzeko .

26-5 : The hasi -ren hau materialista adinak, arabera ra Hindua eskriturazko kontuak, zen 3102 K.a. Hau zen hau hasiera hau Beheranzko Dwapara Adina (ikus [orrialde 174](#)). Modernoa jakintsuak, alai sinetsiz hori 10.000 urteak duela guztiak gizonak ziren

hondoratu barruan bat barbaro Harria Adina, laburbilduz baztertu bezala "mitoak" guztiak erregistroak eta tradizioak -ren oso antzinako zibilizazioak Indian, Txinan, Egipton eta beste lurralde batzuetan

26-6 Patanjaliaren *Aforismoak* , II:1. *Kriya Yoga* hitzak erabiltzean , Patanjalik irakasten den teknika zehatzari buruz ari zen egilea Babaji, edo bat oso antzeko ra hura. Hori hura zen bat zehatza teknika -ren bizitza kontrola da frogatu egilea Patanjaliaren *Aforismoa* II:49.

26-7 : Patanjaliaren *Aforismoak* , I:27.

26-8 : "Barruan hau hasiera zen hau Hitza, eta hau Hitza zen -rekin Jainkoa, eta hau Hitza zen Jainkoa. Guztiak gauzak ziren egin egilea
zen egin egindako ezer". - *Joan* 1:1-3. Veden *Aum* (*Om*) hitz sakratu bihurtu zen *Amin* -ren hau musulmanak, *Hum* -ren hau Tibetarrek, eta *Amen* -ren hau Kristauak (bere esanahia barruan Hebreera izatea *ziur* , *fidela*). "Gauza hauek dio Amenek, .lekuko leial eta egiazkoak, Jainkoaren sorreraren hasierak." - *Apokalipsia* 3:14

26-9 : *Aforismoak* II:49..

26-10 : Ni *Korintoarrei* 15:31. "Gure pozten" da hau zuzena itzulpena; ez, bezala normalean emanda, "zure pozten." San Paulo Kristoren kontzientziaren *omnipresentziari* egiten ari zen erreferentzia .

26-11 : *Kalpa* esan nahi du denbora edo eon. *Sabikalpa* esan nahi du gaia ra denbora edo aldaketa; batzuk esteka -rekin *prakriti* edo kontua geratzen da.
. *Nirbikalpa* esan nahi du denboragabea, aldaezin; hau da hau altuena estatu -ren *samadhi*

26-12 : Arabera ra hau *Lincoln Liburutegia* -ren *Ezinbestekoa Informazioa* , or. 1030, hau erraldi dortoka bizitzak artean 200 eta 300 urte.

26-13 : Shakespeare: *Sonetoa*

#146. 26-14: *Bhagavad Gita* ,

VI:46.

KAPITULUA: 27

Sorrera A Yoga Eskola -n Ranchi

"Zergatik dira zu aurka ra antolakuntza lana?"

Masterra galdera harrituta ni bat pixka bat. Hori da egia hori nire pribatua kondena -n hau denbora zen hori

erakundeak ziren "liztorrak" habiak."

«Eskerrik gabeko lana da, jauna», erantzun nion. «Buruzagiak zer egiten duen edo ez, kritikak izaten da».

channa (esne-mamia) osoa zeuretzat bakarrik nahi al duzu?» Nire guruaren erantzunari begirada zorrotz bat gehitu zion. «Lor al zenuke zuk edo beste inork Jainkoarekin harremanetan jartzea yogaren bidez, maisu eskuzabalen lerro batek ez balu bere ezagutza besteei helarazteko prest egon?» Gaineratu zuen: «Jainkoa ezta da, erakundeak erlauntzak dira; biak beharrezkoak dira. Edozein *forma* alferrikakoa da, noski, espiriturik gabe, baina zergatik ez dituzu erlauntza lanpetuak sortuko nektar espiritualez beteta?»

Bere aholkuak sakonki hunkitu ninduen. Kanpoko erantzunik eman ez nuen arren, erabaki irmo bat sortu zitzaidan bihotzean: nire guruaren oinetan ikasitako egia askatzaileak, nire esku zegoen neurrian, nire kideekin partekatuko nituen. "Jauna", otoitz egin nuen, "zure Maitasuna betiko distira dezala nire debozioaren santutegian, eta maitasun hori beste bihotzetan esnatzeko gai izan naiteke".

Aurreko batean, ordena monastikoan sartu aurretik, Sri Yukteswarrek oso ohar ustekabekoa egin zuen.

«Zenbat faltan botako duzun emaztearen laguntasuna zahartzaroan!», esan zion. «Ez al zaude ados emaztea eta seme-alabak mantentzeko lan baliagarrietan aritzen den familia-gizonak, horrela, Jainkoaren begietan aberasgarria den eginkizuna betetzen duela?»

«Jauna», protestatu nuen izututa, «badakizu bizitza honetan nire nahia Maite Kosmikoak bakarrik ezkontzea dela».

Maisuak hain alai barre egin zuen, ezen ulertu bainuen bere behaketa nire fedearen proba gisa besterik ez zela egin .

«Gogoratu», esan zuen poliki, «bere munduko betebeharrak baztertzen dituenak familia handiago baten aurrean erantzukizun motaren bat hartuz bakarrik justifika dezakeela bere burua».

Gazteentzako hezkuntza integralaren ideala betidanik izan dut bihotzean. Argi ikusten nituen gorputzaren eta adimenaren garapenera soilik zuzendutako ohiko irakaskuntzaren emaitza idorrak. Balio moral eta espiritualak, zeinen baloraziorik gabe inork ezin duen zoriontasunera hurbildu, oraindik ez ziren... curriculum formalean falta zen. Mutil gazteek gizontasun osoa lortu ahal izango zuten eskola bat sortzea erabaki nuen. Nire lehen urratsa norabide horretan zazpi haurrekin eman nuen Dihikan, Bengalako landa-gune txiki batean.

Urtebete geroago, 1918an, Sir Manindra Chandra Nundyren, Kasimbazarreko Maharajaren, eskuzabaltasunari esker, azkar hazten ari zen nire taldea Ranchira eraman ahal izan nuen. Bihar-eko herri honek, Kalkutatik berrehun bat miliara, Indiako klima osasuntsuenetako bat du. Ranchiko Kasimbazar jauregia eskola berriaren egoitza bihurtu zuten, eta *Brahmacharya Vidyalaya* **27-1 izena eman nion.** rishien hezkuntza-idealen arabera.

Haien baso ashramak izan izan hau antzinako eserlekuak -ren ikaskuntza, laiko eta jainkotiarra, -rako hau gazteria -ren

India.

Ranchin hezkuntza programa bat antolatu nuen bai gramatika bai batxilergoko mailatarako. Nekazaritza, industria, merkataritza eta gai akademikoak barne hartzen zituen. Ikasleei yoga kontzentrazioa eta meditazioa ere irakasten zitzaien, eta garapen fisikorako sistema berezi bat, "Yogoda", 1916an aurkitu nituen printzipioak.

Gizakiaren gorputza bateria elektriko baten antzekoa dela konturatzean, arrazoitu nuen energiaz kargatu zitekeela giza borondatearen zuzeneko eraginaren bidez. *Borondaterik gabe ekintzarik ez dagoenez posible*, gizakiak bere eragile nagusia, borondatea, erabil dezake bere gorputzeko ehunak berritzeko aparatu astun edo ariketa mekanikorik gabe. Horregatik, Ranchiko ikasleei nire "Yogoda" teknika sinpleak irakatsi nizkien, zeinen bidez gizakiaren muinean zentratutako bizi-indarra kontzienteki eta berehala kargatu daitekeen energia kosmikoaren hornidura mugagabetik.

Mutilek bikain erantzun zioten entrenamendu honi, bizi-energia gorputzeko atal batetik bestera eramateko gaitasun apartekoa garatuz, eta gorputz-jarrera zailetan jarrera perfektuan esertzeko. **27-2** Indar eta erresistentzia balentriak egin zituzten, heldu boteretsu askok parekatu ezin zituztenak. Nire anaia gazteena, Bishnu Charan Ghosh, Ranchi eskolan sartu zen; geroago bihurtu zen Bengalako kulturista fisiko garrantzitsu bat. Berak eta bere ikasleetako batek Europara eta Amerikara bidaiatu zuten, indar eta trebetasun erakustaldiekin, unibertsitateko jakintsuak harrituta utziz, New Yorkeko Columbia Unibertsitatekoak barne.

Ranchin lehen urtearen amaieran, bi mila eskaera izan ziren. Baina eskolak, garai hartan egoitza-ikasle hutsa zenak, ehun bat baino ez zituen hartzeko gai. Laster gehitu zen eguneko ikasleentzako eskola.

Vidyalayan aita-ama egin behar izan nien haur txikiei, eta antolakuntza-zailtasun askori aurre egin behar *izan* nien. Askotan gogoratzen nituen Kristoren hitzak: "Egiaz diotsuet: Ez dago etxea, anaiak, arrebak, aita, ama, emaztea, seme-alabak edo... utzi dituen inor". lurrak, niregatik eta ebanjelioagatik, baina ehun aldiz gehiago jasoko ditu orain, garai honetan, etxeak, anaiak, arrebak, ama, seme-alabak eta lurrak, jazarpenekin batera; eta etorkizuneko munduan betiko bizitza». **27-3** Sri Yukteswarrek hitz hauek interpretatu zituen: "Ezkontzaren eta familiaren bizitzako esperientziak alde batera utzi eta etxe txiki baten arazoak eta jarduera mugatuak gizarteari orokorrean zerbitzatzeko erantzukizun handiagoengatik aldatzen dituen debotoak, askotan gaizki-ulertu den mundu batek eragindako jazarpena dakarren zeregin bat egiten ari da, baina baita jainkozko barne-poztasun batekin ere".



Yogoda Math , Ganges ibaiaren ondoan dagoen Dakshineswar-eko Autoerrealizazio Elkartearen ermita ederra. 1938an sortua, Ekialdeko eta Mendebaldeko ikasleentzako yoga erretiro gisa.



Yogoda Sat-Sanga Brahmacharya Vidyalayaren eraikin nagusia Ranchi-n, Bihar-en, 1918an mutilentzako yoga eskola gisa sortua, gramatika eta batxilergoko hezkuntzarekin. Harekin lotuta dago Lahiri Mahasaya Misio filantropikoa.

Egun batean, nire aita Ranchira iritsi zen aita-bedeinkapena emateko, aspaldi ukatua izan baitzitzaion Bengala-Nagpur trenbidean lanpostu bat eskaintzeari uko egiteagatik mindu egin bainion.

«Seme», esan zuen, «orain adiskidetu naiz zure bizitzako erabakiarekin. Poza ematen dit gazte zoriontsu eta irrikaz hauen artean ikusteak; hemen zaude, eta ez trenbideko ordutegien irudi bizigabeekin». Dozena bat txikiko talde bati keinu egin zien, nire orpoetan zebiltzanak. «Zortzi seme-alaba besterik ez nituen izan», esan zuen begiak distiratsu zituela, «baina sentitzen dut zutaz!».

Fruta-arboladi handi bat eta hogeita bost hektarea emankor eskura genituenean, ikasleek, irakasleek eta nik ordu zoriontsu asko gozatu genituen kanpoko lanean ingurune ideal hauetan. Maskota asko genituen, tartean hurrek nahiko idolatratzen zuten orein kume bat. Nik ere hainbeste maite nuen oreinkumea, ezen nire gelan lo

egiten utzi nion. Egunsentian, izaki txikia nire ohera hurbiltzen zen goizeko laztan bat jasotzera.

Egun batean, ohi baino lehenago eman nion janaria maskotari, Ranchi herrian negozio batzuei aurre egin behar nienez. Mutilei esan nien oreinkumea itzuli arte ez jateko, baina horietako batek ez zuen obeditzen,

eta oreinkumeari esne kantitate handia eman zion. Arratsaldean itzuli nintzenean, berri tristeak jaso ninduen: "Oreinkume txikia ia hilda dago, gehiegi jan duelako".

Malkoz negarrez, itxuraz bizigabea zen maskota nire magalean jarri nuen. Jainkoari errukiz otoitz egin nion bizia salba zezan. Ordu batzuk geroago, izaki txikiak begiak ireki, zutitu eta ahulki ibili zen. Eskola osoa poz-pozik oihuka hasi zen.

Baina gau hartan ikasgai sakon bat jaso nuen, inoiz ahaztu ezin dudana. Orein kumearekin egon nintzen biak arte, eta orduan loak hartu nuen. Oreina amets batean agertu zen, eta hitz egin zidan:

«Atzera egiten ari zara. Mesedez, utzi joaten;

utzi joaten!» «Ados», erantzun nion ametsen.

Ni esnatu berehala, eta negar egin zuen kanpoan, "Mutilak, hau oreina da hiltzen!" The haurrak presaka ra nire alboan.

Maskota utzi nuen gelaren izkinara korrika joan nintzen. Azken ahalegina egin zuen altxatzeko, niregana estropezu egin zuen, eta gero nire oinetara erori zen, hilda.

Animalien patuak gidatzen eta arautzen dituen masa-karmaren arabera, oreinaren bizitza amaitu zen, eta forma altuago batera aurrera egiteko prest zegoen. Baina nire atxikimendu sakonari esker, geroago konturatu nintzen berekoia zela, eta nire otoitz sutsuei esker, animalia-formaren mugetan eutsi ahal izan nion, eta hortik arima askatzeko borrokan ari zen. Oreinaren arimak amets batean egin zuen bere erregua, nire baimen maitekorrik gabe, ezin baitzen joan edo ezin izan baitzuen joan. Ados jarri nintzenean, alde egin zuen.

Atsekabe guztiak alde egin zidaten; berriro konturatu nintzen Jainkoak bere seme-alabek dena maitatzea nahi duela, denaren parte gisa. Bera, eta ez pentsa heriotzak dena amaitzen duela engainagarriki. Gizon ezjakinak heriotzaren horma gaindiezina baino ez du ikusten, bere lagun maiteak betiko ezkutatuta, dirudienez. Baina loturarik gabeko gizonak, besteak Jaunaren adierazpen gisa maite dituenak, ulertzen du heriotzan maiteak Harenganako poz-arnasaldi bat hartzera itzuli direla soilik.

Ranchi eskola hasiera txiki eta sinpleetatik hasi eta Indian gaur egun oso ezaguna den erakunde bihurtu zen. Eskolako sail asko rishien hezkuntza-idealak iraunarazteaz pozik daudenen borondatezko ekarpenei esker mantentzen dira.

Yogoda Sat-Sanga izen orokorraren pean , **27-4** Midnapore, Lakshmanpur eta Puri-n sukurtsal eskola oparoak sortu dira .

Ranchiko egoitzak Medikuntza Saila du, non sendagaiak eta medikuen zerbitzuak doan ematen zaizkien tokiko pobreei. Tratatutakoen kopurua batez beste 18.000tik

gorakoa izan da. pertsonak bat urtea. The *Vidyalaya* du egina bere markatu, ere, barruan Indiarra lehiakorra kirolak, eta eskola arloan, non Ranchiko ikasle ohi askok nabarmendu diren geroago unibertsitateko bizitza.

The eskola, orain barruan bere hogeita zortzigarren urtea eta hau erdigunea -ren asko jarduerak, 27-5 du izan omendu

Ekialdeko eta Mendebaldeko gizon ospetsuen bisiten bidez. *Vidyalya* bere lehen urtean ikuskatu zuen lehenengo pertsonaia handietako bat Swami Pranabananda izan zen, Benaresko "bi gorputzeko santua". Maisu handiak zuhaitzen azpian egiten ziren kanpoko klase pintoreskoak ikusi zituenean eta arratsaldean mutil gazteak orduz geldirik yoga meditazioan eserita zeudela ikusi zuenean, sakonki hunkitu zen.

«Poz handia ematen dit bihotzak», esan zuen, «Lahiri Mahasayaren gazteen prestakuntza egokiari buruzko idealak erakunde honetan aurrera eramaten direla ikusteak. Nire guruaren bedeinkazioak izan daitezela horren gainean».

Nire ondoan eserita zegoen mutil gazte batek yogi handiari

galdera bat egitera ausartu zen. "Jauna", esan zuen, "monje

izango al naiz? Jainkoarentzat bakarrik al da nire bizitza?"

Nahiz eta Swami Pranabananda irribarre egin zuen astiro-astiro, bere begiak ziren zulatze hau etorkizuna.

«Haurtxo», erantzun zion, «hazten zarenean, emaztegai eder bat izango duzu zain». Mutila azkenean ezkondu egin zen, Swami Ordenan sartzeko urteak planifikatu ondoren.

Swami Pranabananda Ranchi bisitatu eta denbora bat igaro ondoren, aita lagundu nuen Kalkutako etxera, non yogia aldi baterako ostatu hartzen ari zen. Pranabanandaren iragarpena, hainbeste urte lehenago egin zidana, etorri zitzaidan burura: "Geroago ikusiko zaitut zure aitaren ondoan".

Aita swamiaren gelara sartu zenean, yogi handia bere eserlekutik altxatu eta nire gurasoa maitasunez eta errespetuz besarkatu zuen.

«Bhagabati», esan zuen, «zer egiten ari zara zeure buruarekin? Ez al duzu zure semea Infiniturantz lasterka ikusten?». Aitaren aurrean haren laudorioak entzutean, gorritu egin nintzen. Swamik jarraitu zuen: «Gogoratzen duzu zenbatetan esaten zuen gure guru bedeinkatuak: ' *Banat, banat, ban jai* '. **26-6** Beraz, jarraitu *Kriya Yoga* etengabe, eta iritsi azkar atari jainkotiarretara."

Pranabanandaren gorputzak, Benaresen egin nion lehen bisita harrigarrian hain itxura ona eta sendoa zuenak, zahartze nabarmena erakusten zuen orain, nahiz eta bere jarrera oraindik miresgarriro zuzena izan.

«Swamiji», galdetu nion, begietara zuzenean begiratuz, «esadazu egia, mesedez: Ez al duzu adinaren aurrerapena sentitzen? Gorputza ahultzen ari den heinean, Jainkoaren pertzepzioa gutxitzen ari al da ?»

Aingeru baten moduan irribarre egin zuen. «Maitea inoiz baino gehiago dago nirekin orain». Bere uste osoak nire gogoa eta arima gainezka egin zituen. Jarraitu zuen: «Oraindik bi pentsioez gozatzen ari naiz: bata Bhagabati hemendik, eta bestea goitik». Zerurantz hatza seinalatuz, santua estasian erori zen, aurpegia jainkozko distira batez argituta zuela: nire galderari erantzun nahikoa eman zion.

Pranabanandaren gelan landare eta hazi-pakete asko zeudela ohartuta, haien xedea galdetu nion.

«Betiko utzi dut Benares», esan zuen, «eta orain Himalaiara noa. Han ashrama bat irekiko diet nire dizipuluei. Hazi hauek espinakak eta beste barazki batzuk emango dituzte. Nire maiteek modu xumean biziko dira, Jainkoarekin zorioneko batasunean denbora emanaz. Ez da beste ezer behar».

Aita galdetu bere anaia dizipulu noiz bera egingo nuke itzuli ra Kalkuta.

«Inoiz gehiago ez», erantzun zuen santuak. «Aurtengoa da Lahiri Mahasayak esan zidana nire Benares maitea betiko utzi eta Himalaiara joango nintzela, han nire gorputz hilkorra botatzera».

Begiak malkoz bete zitzaizkidan haren hitzekin, baina swamiak lasai irribarre egin zuen. Ama Jainkotiarraren magalean lasai eserita zegoen haur zerutiar txiki bat gogorarazi zidan. Urteen zamak ez du eragin txarrik yogi handi baten botere espiritual gorenak guztiz eskuratzeko orduan. Bere gorputza nahi duenean berritzeko gai da; hala ere, batzuetan ez du zahartze prozesua atzeratzeaz arduratzen, bere karma lanean uzten baitu. plano fisikoan kanporatzen da, bere gorputz zaharra denbora aurrezteko gailu gisa erabiliz, enkarnazio berri batean karma landu beharra baztertzeko.

Hilabeteak geroago Ni ezagutu bat zaharra lagun, Sanandan, MOE zen bat -ren Pranabananda-ren itxi dizipuluak.

«Nire guru maitagarria joan da», esan zidan negar artean. «Ermita bat ezarri zuen Rishikesh ondoan, eta maitasunezko prestakuntza eman zigun. Nahiko ondo finkatuta geundenean, eta garapen espiritual azkarra egiten ari ginenean...» bere enpresan aurrerapena ikusita, egun batean Rishikesh-eko jendetza handi bati jaten ematea proposatu zuen. Galdetu nion zergatik nahi zuen kopuru hain handia.

«Hau da nire azken jaialdi-zeremonia», esan zuen. Ez nuen haren hitzen ondorio guztiak ulertu.

"Pranabanandajik janari kantitate handiak prestatzen lagundu zigun. 2000 gonbidatu ingururi eman genien jaten. Oturuntzaren ondoren, plataforma altu batean eseri eta Infinituari buruzko sermoi inspiratu bat eman zuen. Amaieran, milaka pertsonen begiradaren aurrean, niregana jo zuen, ni haren ondoan oholtzan eserita nengoela, eta indar ezohikoarekin hitz egin zuen."

"Sanandan," izan prestatua; Ni naiz joango ra ostiko hau markoa. 27-7 "

"Isilune harrigarri baten ondoren, ozen oihu egin nuen: 'Maisu, ez egin! Mesedez, mesedez, ez egin!' Jendetza mihi-lotuta zegoen, jakin-minez begiratzen zigun. Nire guruak irribarre egin zidan, baina bere begirada solemnea Eternitatean finkatuta zegoen jada."

«Ez izan berekoi», esan zuen, «ezta niregatik atsekabetu ere. Aspalditik ari naiz zuei guztioi pozik zerbitzatzen; orain Poztu zaitezte eta Jainkoarren on egin dezadala opa. Nire Maite Kosmikoaren bila noa'. Xuxurla batean, Pranabanandajik gaineratu zuen: 'Laster berriro jaioko naiz. Zoriontasun Infinituaz gozatu ondoren, itzuliko naiz'. lurrera eta Babajiri batu. 27-8 Laster jakingo duzu noiz eta non sartu den nire arima gorputz berri batean.

"Berak negar egin zuen berriro ere, Sanandan, hemen Ni ostiko hau markoa egilea hau bigarren *Kriya Yoga* . 27-9

"Gure aurrean genuen aurpegi itsasoari begiratu eta bedeinkapena eman zuen. Begi espiritualera begirada barrurantz zuzenduz, geldirik geratu zen. Jendetza nahasiak egoera extatiko batean meditatzen ari zela uste zuen bitartean, hark haragizko tabernakulua utzi eta bere arima kosmosaren zabaltasunean murgildu zuen. Dizipuluek gorputza ukitu zioten, loto posturan eserita, baina ez zen haragi epela gehiago. Gorputz zurrin bat baino ez zen geratzen; maizterra hilezkorren kostaldera ihes egin zuen."

Ni galdetu zuen non Pranabananda zen ra izan birjaio.

«Inori ezin diodan konfiantza sakratu bat da hori», erantzun zuen Sanandanek.
«Agian beste modu batera jakingo duzu».

Urte batzuk geroago Swami Keshabananda-rengandik jakin nuen **27-10**
Pranabananda, gorputz berri batean jaio eta urte batzuetara, Himalaiako
Badrinarayanera joan zela, eta han Babaji handiaren inguruko santu taldearekin
batu zela.

27-1 Vidyalya , eskola. *Brahmacharya* hemen gizakiaren bizitzarako Vediko planaren lau etapetako bati egiten dio erreferentzia, hau da , hori -ren (1) hau zelibate ikasle (*brahmachari*); (2) hau etxe-jabe -rekin mundutar erantzukizunak (*grihastha*);

hau ermitau (*vanaprastha*); (4) hau baso biztanle edo ibiltari, doan -tik guztiak lurreko kezak (*sannyasi*). Hau (3)
eskema ideala -ren bizitza, bitartean ez zabaldua behatu barruan modernoa India, oraindik du asko deboto
.jarraitzaileak. The lau etapak dira erlijiosoki egiten da, guru baten bizitza osoko gidaritzapean

27-2 : A zenbaki -ren Amerikarra ikasleak baita ere izan maisu hainbat *asanak* edo posturak, barne Bernardo
Cole, Los Angelesen Self-Realization Fellowship irakaspenen irakaslea.

27-3 : *Mark* 10:29-30 .

27-4 : Yogoda: *yoga* , sindikatua, harmonia, oreka; *bai* , hori zein ematen du. Larunbata-Sanga: *eseri zen* , egia; *sanga*
, elkartasun. -n Mendebalde, ra saihestu hau erabili -ren bat Sanskritoa izena, hau *Yogoda Larunbata-Sanga*
mugimendua du izan deitua hau *Autoerrealizazio Beka* .

27-5 : The jarduerak -n Ranchi dira deskribatu gehiago guztiz barruan kapitulua 40. The Lakshmanpur eskola da barruan
hau gai karga GC Dey jaunaren, BA Medikuntza saila SN Pal doktoreak eta Sasi Bhusan Mullick doktoreek gainbegiratzeko
dute.

27-6 : Bat -ren Lahiri Mahasayaren gogokoena oharrak, emanda bezala animoak -rako bere ikasleen
iraunkortasuna. A Itzulpen librea hau da: "Ahalegindu, ahalegindu, egunen batean hara! Jainkozko Helburua!"

27-7 : hau da, eman gora hau gorputza.

27-8 : Lahiri Mahasayaren gurua, MOE da oraindik bizitzen. (Ikusi kapitulua 33.)

27-9 Bigarren *Kriya* , Lahiri Mahasayak irakatsi bezala, menperatu duen debotoari alde egin eta itzultzeko aukera ematen
dio gorputza kontzienteki -n edozein denbora. Aurreratua yogiak erabili hau bigarren Kriya teknika zehar hau azken
irteera -ren heriotza, bat alde aurretik dakiten unean, beti.

27-10 : Nire bilera -rekin Keshabananda da deskribatu barruan kapitulua 42.

KAPITULUA: 28

Kashi, Berpiztu Eta Beraurkitua

"Mesedez egin ez joan sartu hau ura. Utzi gu bainatu egilea bustitzea gure ontziak."

Ranchiko zortzi miliako ibilaldi batean nirekin zetozen ikasle gazteei hitz egiten ari nintzen. ondoko muino bat. Aurrean genuen urmaela erakargarria zen, baina nazka piztu zitzaidan.

Inguruko taldeak nire ontziak bustitzeko adibidea jarraitu zuen, baina mutil batzuek ur freskoen tentazioari amore eman zioten. Murgildu bezain laster, ur-suge handiak inguruan mugitu ziren. Mutilak urmaeletik atera ziren, umorezko bizkortasunarekin.

Helmugara iritsi ondoren, piknik bazkari batez gozatu genuen. Zuhaitz baten azpian eseri nintzen, ikasle talde batez inguratuta. Inspirazio giroan nengoela ikusita, galderaz bete ninduten.

«Mesedez, esadazu, jauna», galdetu zuen gazte batek, «ea beti zurekin egongo naizen uko egiteko bidean ».

"Ai, ez," Ni erantzun zuen, "zu borondatea izan indarrez hartua urrun ra zure etxea, eta geroago zu borondatea ezkondu."

Sinesgaitz, protesta sutua egin zuen. «Hilda banago bakarrik eramango naute etxera». Baina hilabete gutxiren buruan, gurasoak etorri ziren hura eramateko, negarrez erresistentzia egin arren; urte batzuk geroago, ezkondu egin zen.

Galdera askori erantzun ondoren, Kashi izeneko mutil batek hitz egin zidan. Hamabi urte ingurukoa zen, ikasle bikaina eta guztiek maite zutena.

"Jauna," bera esan zuen, "zer borondatea izan nire patua?"

"Zu izango da laster izan hilda." The erantzun etorri -tik nire ezpainak -rekin bat ezin ukazina indarra.

Ustekabeko agerpen honek ni eta bertan zeuden guztiak txunditu eta atsekabetu ninduen. Isil-isilik neure burua *enfant terrible gisa errieta eginez* , uko egin nion galdera gehiago erantzuteari.

Piztuta gure itzuli ra hau eskola, Kashi etorri ra nire gela.

«Hiltzen banaiz, aurkituko nauzu berriro jaiotzen naizenean, eta bide espiritualera

eramango nauzu berriro?» Negarrez esan zuen.

Okultismoaren ardura zail horri uko egitera behartuta sentitu nintzen. Baina aste batzuetan zehar, Kashik temati presioa egin zidan. Urduri zegoela ikusita, azkenean kontsolatu egin nuen.

"Bai," Ni agindu zuen. "Baldin eta hau Zeruko Aita maileguan ematen du Bere laguntza, Ni borondatea saiatsu ra aurkitu zu."

Udako oporretan, bidaia labur bat hasi nuen. Kashi nirekin eramanezin nuela damututa, nire gelara deitu nion irten aurretik, eta arretaz agindu nion eskolako bibrazio espiritualetan geratzeko, pertsuasio guztien aurka. Nolabait sentitu nuen etxera joaten ez bazen, hurbiltzen ari zen hondamendia saihestu zezakeela.

Irten bezain laster, Kashiren aita Ranchira iritsi zen. Hamabost egunez saiatsu zen semearen borondatea hausten, azalduz Kashik lau egunez bakarrik Kalkutara joaten bazen ama ikustera, orduan itzuli ahal izan zen. Kashik temati uko egin zion. Aitak azkenean esan zuen mutila eramango zuela poliziaren laguntzarekin alde egin zuen. Mehatxuak Kashi kezkatu zuen, eta honek ez zuen eskolari publizitate txarra emateko asmorik. Ez zuen joatea beste aukerarik ikusi.

Egun batzuk geroago Ranchira itzuli nintzen. Kashi nola eramanezuten jakin nuenean, berehala hartu nuen trena Kalkutara joateko. Han zaldi-gurdi bat hartu nuen. Oso bitxia bada ere, ibilgailua Ganges ibaiaren gaineko Howrah zubitik igarotzean, Kashiren aita eta beste senide batzuk dolu-arroparekin ikusi nituen. Gidariari gelditzeko oihu egin ondoren, korrika irten eta aita zorigaiztokoari begirada zorrotza bota nion.

"Jauna." Hiltzailea," Ni negar egin zuen neurri batean arrazoirik gabe, "zu izan hil nire mutil!"

Aitak jada konturatu zen Kashi Kalkutara indarrez ekartzean egindako okerraz. Mutila han egon zen egun gutxi horietan, kutsatutako janaria jan, kolera hartu eta hil egin zen.

Kashirekiko maitasunak eta heriotzaren ondoren hura aurkitzeko konpromisoak, gau eta egun, jazarri egiten ninduen. Nora joan arren, haren aurpegia agertzen zitzaidan aurrean. Bilaketa gogoangarri bati ekin nion, aspaldi galdutako ama bilatu nuen bezala.



Kashi, galduta eta berraurkitua



Nire anaia Bishnu; Seramporeko Motilal Mukherji, Sri Yukteswarren ikasle oso aurreratua; ene aita; Wright jauna; ni neu; Tulsi Narayan Bose; Ranchiko Swami Satyananda



1920ko Erlijio Liberalen Nazioarteko Kongresuko ordezkari talde bat Boston, non eman nuen nire lehen hitzaldia Amerikan. (*Ezkerretik eskuinera*) Clay MacCauley erreberendoa, T. Rhondda Williams erreberendoa, S. Ushigasaki irakaslea, Jabez T. Sunderland erreberendoa, ni neu, Chas W. Wendte erreberendoa, Samuel A. Eliot erreberendoa, Basil Martin erreberendoa, erreberendoa Kristobal J. Kalea, Apaiz Samuel M. Crothers.

Jainkoak arrazoitzeko gaitasuna eman zidanez, erabili eta nire ahalmenak ahalik eta gehien probatu behar nituela sentitu nuen, mutilaren astral kokapena jakiteko lege sotilak aurkitzeko. Asetu gabeko desioz betetako arima bat zela konturatu nintzen, eskualde astraletan milioika arima argitsuren artean flotatzen ari zen argi masa bat. Nola sintonizatuko nintzen... bera, beste arimen hainbeste argi bibratzaileren artean?

Erabiltzen bat sekretu yoga teknika, Ni emititu nire maitasuna ra Kashirena arima
zehir hau mikrofonoa -ren

begi espirituala, bekainen arteko barne puntua. Esku eta hatz altxatuen antenarekin, Ni maiz buelta eman neure burua biribila eta biribila, saiatzen ra kokatu hau norabidea barruan zein bera enbrioi gisa berriro jaio zen. Nire bihotzeko irrati kontzentrazio-sintoniatuan haren erantzuna jasotzea espero nuen. **28-1**

Intuitiboki sentitu nuen Kashi laster itzuliko zela lurrera, eta nire deia etengabe egiten badiot, bere arimak erantzungo zidala. Banekien Kashik bidalitako bulkada txikiena ere nire hatzetan, eskuetan, besoetan, bizkarrezurrean eta nerbioetan sentituko zela.

Kashiren heriotzaren ondoren, etengabe praktikatu nuen yoga metodoa, etengabe, sei hilabetez. Goiz batean, Kalkutako Bowbazar auzo jendetsuan lagun batzuekin paseatzen ari nintzela, eskuak ohiko moduan altxatu nituen. Lehen aldiz, erantzuna izan nuen. Ilusio handia egin zidan hatzetatik eta esku-ahurretan behera bulkada elektrikoak isurtzen ari zirela sumatzeak. Korronte horiek nire kontzientziaren sakonetik ateratako pentsamendu indartsu batean bihurtu ziren: "Kashi naiz; Kashi naiz; zatoz niregana!"

Pentsamendua ia entzungarri bihurtu zen bihotzeko irratan kontzentratzen nintzen bitartean. Kashiren xuxurla apur bat zakar bereizgarrian, **28-2** Bere deia behin eta berriz entzun nuen. Nire lagunetako baten, Prokash Dasen, besoa heldu nuen, **28-3 urtekoa.** eta pozik irribarre egin zion.

"Hori itxura bezala nahiz eta Ni izan kokatuta Kashi!"

Biraka eta biraka hasi nintzen, lagunak eta pasatzen ari zen jendetzaren dibertimendu agerikorako. Bulkada elektrikoak hatzetan kili-kili egiten zitzaizkidan gertuko bide batera begira nengoenean bakarrik, egokiro "Serpentine Lane" izenekoa. Korronte astralak desagertu egin ziren beste norabide batzuetara biratu nintzenean.

«Ai!», oihu egin nuen, «Kashiren arima kale honetan bizi den ama baten sabelean bizi behar da ».

Nire lagunak eta biok Serpentine Lanera hurbildu ginen; altxatutako eskuetan bibrazioak indartsuagoak eta nabarmenagoak bihurtu ziren. Iman batek bezala, errepidearen eskuinaldera erakarri ninduen. Etxe jakin baten sarrerara iritsi nintzenean, harrituta geratu nintzen liluratuta. Atea jo nuen zirrara bizian, arnasa eutsiz. Sentitu nuen nire bilaketa luze, neketsu eta, zalantzarik gabe, ezohikoaren amaiera arrakastatsua iritsi zela!

Morroi batek ireki zuen atea, eta esan zidan bere nagusia etxean zegoela. Bigarren solairuko eskailerak jaitsi eta galdezka irribarre egin zidan. Ia ez nekien nola formulatu nire galdera, aldi berean egokia eta lotsagabea zena.

"Mesedez esan ni, jauna, baldin eta zu eta zure emaztea izan izan espero bat haurra - rako buruz sei hilabeteak?"

«Bai, hala da». Swami bat nintzela ikusita, laranja koloreko oihal tradizionala zeraman uko egiten ari zen bat, adeitasunez gaineratu zuen: «Mesedez, esadazu nola dakizun nire gaiak».

Noiz bera entzun buruz Kashi eta hau promesa Ni izan emanda, hau harrituta gizona sinetsi nire istorioa.

«Azal argiko mutil bat jaioko zaizu», esan nion. «Aurpegi zabala izango du, kopetan txano bat duela. Bere izaera bereziki espiritualak izango da». Ziur nengoen etorriko zen haurrak Kashiren antzekotasun horiek izango zituela.

Geroago, haurra bisitatu nuen, gurasoek Kashi izen zaharra eman baitzioten. Haurtzaroan ere, oso antzekoa zen itxuraz nire Ranchiko ikasle maitearekin. Haurrak berehalako maitasuna erakutsi zidan; iraganeko erakarpina bikoiztu egin zen intentsitatez.

Urte batzuk geroago, nerabeak idatzi zidan, Amerikan egon nintzen bitartean. Uko egiten zion baten bidea jarraitzeko zuen irrika sakona azaldu zidan. Himalaiako maisu batengana bideratu nuen, gaur egun arte Kashi birjaioa gidatzen duena.

.....
28-1 Bekainen arteko puntutik proiektatzen den borondatea yogiek pentsamenduaren irrati-igortze aparatua bezala ezagutzen dute. Noiz hau sentimendua da lasai kontzentratu piztuta hau bihotza, hura ekintzak bezala bat mental irratia, eta ahal jaso hau mezuak besteak urrutetik edo gertutik. Telepatian pertsona baten gogoan dauden pentsamenduen bibrazio finak eter astralaren bibrazio sotilen bidez transmititzen dira eta gero lurreko eter lodiagoaren bidez, uhin elektrikoak sortuz, eta hauek, aldi berean, pentsamendu-uhin bihurtzen dira beste pertsonaren gogoan.

28-2 : Bakoitza arima barruan bere purua estatu da orojakilea. Kashirena arima gogoratu guztiak hau ezaugarriak -ren Kashi, hau mutila, eta beraz, haren ahots zakarra imitatu zuen ni ezagutzera emateko.

28-3 : Prokash Das da hau oraina zuzendari -ren gure Yogoda Matematika (ermita) -n Dakshineswar barruan Bengala.

KAPITULUA: 29

Rabindranath Tagore Eta Ni Konparatu Eskolak

"Rabindranath Tagore irakatsi gu ra abestu, bezala bat naturala formularioa -ren auto-adierazpena, bezala hau hegaztiak."

Bhola Nath-ek, nire Ranchiko eskolako hamalau urteko mutil argi batek, azalpen hau eman zidan goiz batean bere eztanda melodikoengatik goraiatu ondoren. Probokazioarekin edo gabe, mutilak jario melodiko bat bota zuen. Aurretik, Bolpur-eko "Santiniketan" (Bakearen Babeslekua) Tagore eskola ospetsuan ikasia zen.

«Rabindranath abestiak gaztetatik izan ditut ahoan», esan nion nire lagunari.

«Bengalako herri osoak, baita nekazari eskolagabeek ere, gozatzen dute haren bertso bikainetan».

Bholak eta biok Tagoreren zenbait errepika abestu genituen elkarrekin, Tagorek milaka poema indiar musikatu baititu, batzuk originalak eta beste batzuk antzinako garaikoak.

«Rabindranath Literaturako Nobel saria jaso eta gutxira ezagutu nuen», esan nion ondoren. gure ahots-hotsa. «Bisita egitera animatu nintzen, bere kritikari literarioak baztertzeko zuen ausardia ez-diplomatikoa miresten nuelako». Barre egin nuen.

Bhola bitxikeriaz galdetu zuen hau istorioa.

«Jakintsuek gogor kritikatu zuten Tagore bengalar poesian estilo berri bat sartzeagatik», hasi nintzen. «Esamolde kolokialak eta klasikoak nahasten zituen, adituen bihotzetan maite ziren muga guztiak alde batera utzita. Bere abestiek egia filosofiko sakona gorpuzten dute modu emozionalki erakargarrian, onartutako literatura formei erreparatu gabe».

"Kritikari eraginkor batek Rabindranath 'uso-poeta, bere kantuak errupia baten truke saltzen zituen' bezala aipatu zuen gutxiespenez. Baina Tagoreren mendekua eskura zegoen; Mendebaldeko mundu osoak omenaldia egin zion oinetan bere *Gitanjali* ("Abesti Eskaintzak") ingelesera itzuli eta gutxira." Aditu mordoa, bere kritikari ohiak barne, Santiniketanera joan zen zorionak emateko.

"Rabindranath-ek bere gonbidatuak nahita atzerapen luze baten ondoren bakarrik hartu zituen, eta gero haien laudorioak isiltasun estoikoan entzun zituen. Azkenean, haien ohiko kritika-armak erabili zituen haien aurka."

«Jaunok», esan zuen, «hemen ematen dituzuen ohore lurrintsuak modu desegokian nahastuta daude zuen iraganeko mespretxuaren usain ustelekin. Ba al dago loturarik Nobel saria ematearen eta zuen bat-bateko estimu gaitasun zorrotzaren artean? Oraindik ere Bengalako santutegian nire lore xumeak lehen aldiz eskaini nituenean desatsegin utzi zintuen poeta bera naiz».

«Egunkariek Tagoreren zigor ausartaren berri eman zuten. Lausenguak hipnotizatu gabeko gizon baten hitz argiak miresten nituen», jarraitu nuen. «Rabindranath-ekin Kalkutan bere idazkariak, CF Andrews jaunak, aurkeztu ninduen, **29-1 » bengaleko dhoti** soinean zeraman soinean . Maitasunez Tagore bere *gurudeva* bezala aipatzen zuen .

"Rabindranathek adeitasunez hartu ninduen. Xarma, kultura eta adeitasun lasaigarri bat dario. Bere literatura-jatorriari buruzko galderari erantzunez, Tagorek esan zidan bere inspirazio-iturri zahar bat, gure epopeia erlijiosoez gain, Bidyapati poeta klasikoa izan zela."

Oroitzapen hauek inspiratuta, Tagoreren bengaleko abesti zahar baten bertsioa abesten hasi nintzen, "Piztu zure maitasunaren lanpara". Bholak eta biok pozik abestu genuen *Vidyalaya* lurretan zehar paseatzen ginen bitartean.

Ranchi eskola sortu eta bi urtera, Rabindranath-engandik gonbidapena jaso nuen Santiniketan-era bisitan joateko, gure hezkuntza-idealak eztabaidatzeko. Pozik joan nintzen. Poeta bere estudioan eserita zegoen sartu nintzenean; orduan pentsatu nuen, gure lehen topaketan bezala, hain deigarria zela... edozein margolari desira zezakeen gizontasun bikainaren eredua. Bere aurpegi ederki zizelkatua, nobleziazko patriziarra, ile luzez eta bizar oparoz inguratuta zegoen. Begi handi eta urtzaileak; irribarre aingerutarra; eta

txirula-itxurako ahots liluragarria zuen. Sendoa, altua eta serioa, ia emakumezkoen samurtasuna haur baten espontaneotasun goxoarekin uztartzen zituen. Ez zegoen kontzepzio idealizaturik... poeta batek abeslari leun honengan baino gorpuzte egokiagoa aurki zezakeen.

Tagore eta biok laster murgildu ginen gure eskolen azterketa konparatibo batean, biak eredu ez-ohikoetan oinarrituta. Ezaugarri berdin asko aurkitu genituen: kanpoko irakaskuntza, sinpletasuna, haurraren sormen-espírituarentzat aukera zabala. Rabindranath-ek, ordea, literaturaren eta poesiaren azterketan eta musika eta abestien bidezko autoadierazpenean jarri zuen arreta handia, Bholaren kasuan aipatu nuen bezala. Santiniketako haurrek isilune-aldiak gordetzen zituzten, baina ez zieten yoga prestakuntza berezirik eman.

Poetak arretaz entzun zuen Ranchiko ikasle guztiei irakasten zaizkien "Yogoda" ariketa bizigarrien eta yoga kontzentrazio tekniken deskribapena.

Tagorek bere lehen hezkuntza-borroken berri eman zidan. «Bosgarren mailaren ondoren eskolatik ihes egin nuen», esan zuen barrez. Erraz ulertzen nuen nola iraindu zuen bere berezko fintasun poetikoa... eskola-gela bateko giro triste eta diziplinarioa.

"Horregatik ireki nuen Santiniketan zuhaitz itzaltsuen eta zeruko edertasunaren azpian." lorategi ederrean ikasten ari zen talde txiki bati keinu elokuentea egin zion. "Haurra bere ingurune naturalean dago, loreen eta txori kantarien artean. Horrela bakarrik adieraz dezake bere dohain indibidualaren aberastasun ezkutua guztiz. Benetako hezkuntza ezin da inoiz kanpotik sartu eta ponpatu; baizik eta barneko jakinduria-altxor amaigabeak berez azaleratzen lagundu behar du." **29-2**

Baiezkoa eman nion. «Gazteen idealismo eta heroien gurtza sena estatistiken eta aro kronologikoen dieta eskusibo batek gosetu ditu».

Poetak maitasunez hitz egin zuen bere aitaz, Devendranath-ez, Santiniketan hasierak inspiratu zituenaz.

«Aitak lur emankor hau eman zidan, non gonbidatuentzako etxea eta tenplua eraikiak zituen jada», esan zidan Rabindranath-ek. «Nire hezkuntza-esperimentua hemen hasi nuen 1901ean, hamar mutilekin bakarrik. Nobel sariarekin batera etorri ziren zortzi mila libera guztiak eskola mantentzeko erabili ziren».

The adineko Tagore, Devendranath, ezaguna urrun eta zabal bezala "Maharishi," zen bat oso Gizon bikaina, bere *Autobiografian* ikus daitekeen bezala. Bere gizentasuneko bi urte Himalaian meditazioan eman zituen. Era berean, bere aita, Dwarkanath Tagore, Bengala osoan ospetsua izan zen bere onura publiko ugariengatik. Zuhaitz ospetsu honetatik jenioen familia bat sortu da. Ez

Rabindranath bakarrik; bere senide guztiek nabarmendu dira adierazpen sortzailean. Bere anaiak, Gogonendra eta Abanindra, artista nagusien artean daude 29- 3 -ren India; beste bat anaia, Dwijendra, da bat sakon-ikusmena filosofoa, -n noren leun deitu hegaztiek eta basoko piztiek erantzuten dute.

Rabindranath-ek gonbidatu ninduen ostatuan gaua pasatzeko. Ikuskizun xarmangarria izan zen, arratsaldean, poeta patioan talde batekin eserita ikustea. Denbora atzeraka zabaldu zen:

Nire aurrean zegoen eszena antzinako ermita baten antzekoa zen: abeslari alaia bere debotoek inguratuta, denak jainkozko maitasunez aureolatuta. Tagore-k harmonia-sokekin josi zituen lokarri bakoitza. Inoiz ez oldarkorra, bihotza erakarri eta harrapatu zuen magnetismo irresistible batekin. Poesiaren lore arraroa Jaunaren lorategian loratzen, besteak usain natural batekin erakartzen!

Bere ahots melodikoan, Rabindranath-ek bere poema bikain batzuk irakurri zizkigun, sortu berriak. Bere ikasleen gozamenerako idatzitako bere abesti eta antzezlan gehienak Santiniketanen konposatu dira. Nire ustez, bere lerroen edertasuna ia guztietan Jainkoari erreferentzia egiteko duen artean datza. estrofa, baina gutxitan aipatzen du Izen sakratua. «Kantatzearen zorionaz mozkortuta», idatzi zuen, «neure burua ahazten dut eta lagun deitzen zaitut, nire jauna zarena».

Hurrengo egunean, bazkalostean, agur esan nion poetari nahi gabe. Pozten naiz bere eskola txikia nazioarteko unibertsitate bihurtu izanaz, "Viswa-Bharati", non herrialde guztietako jakintsuek leku aproposa aurkitu duten.

"Non adimena beldurrik gabe eta burua altxatuta dagoen; non
ezagutza librea den;"
Mundua etxeko horma estuek zatitu ez duten lekuan;
Non hitzak etorri kanpoan -tik hau sakonera -ren egia;
Non nekaezin ahalegintzen luzaketak bere besoak aldera perfektzioa;
Non arrazoimenaren jario garbiak ez duen galdu ohitura hilaren
basamortuko harea tristan;
Non Zuk aurrera eramaten duzun adimena pentsamendu eta ekintza
gero eta zabalagoetara;
Askatasun zeru horretara, Aita, esna dadila nire
herrialdea! **29-4**

RABINDRANATH TAGORE

.....
29-1 : The Ingelesa idazle eta publizista, itxi lagun -ren Mahatma Gandhi. Jauna Andrews da omendu barruan India -
rako bere bere adopziozko lurraldeari egindako zerbitzu asko.

29-2 Arima askotan jaio izana, edo, hinduek dioten bezala, 'milaka jaiotzatan zehar existentziaren bidea zeharkatuz' . . .
han da ezer ez -ren zein bera du ez irabazi hau ezagutza; ez harridura hori bera da gai ra gogoratu . . . " lehen
bazekiena.Izan ere, ikerketa eta ikaskuntza oroitzapena baino ez da". - *Emerson* .

29-3 : Rabindranath, ere, barruan bere hirurogeiko hamarkadan, konpromisoa hartu barruan bat serio azterketa -ren
pintura. Erakusketak -ren bere "futurista" lan Duela urte batzuk eman ziren Europako hiriburuetan eta New Yorken.

29-4 *Gitanjali* (New York: Macmillan Co.). Poetaren azterketa sakon bat *Rabindranathen filosofian aurkituko da. Tagore*
, egilea hau ospatu jakintsu, Jauna S. Radhakrishnan (Macmillan, 1918). Beste bat azalpen bolumena da

B. K. Royrena *Rabindranath Tagore: The Gizona Eta Bere Poesia* (Berria York: Dodd, Ezti-erdia, 1915). *Buda Eta The Ebanjelioa Budismoarena*. (Berria York: Putnam-en, 1916), egilea hau ospetsu Ekialdekoa artea agintaritzza, Ananda K. .Coomaraswamy, dauka poetaren anaiak, Abanindra Nath Tagore-k, koloretako hainbat ilustrazio

KAPITULUA: 30

The Zuzenbidea -ren Mirariak

Leo Tolstoi eleberrigile handiak istorio zoragarri bat idatzi zuen, *Hiru Eremita* . Bere laguna, Nicholas Roerich, **30-1** istorioa honela laburbildu du:

"Uharte batean hiru ermitau zahar bizi ziren. Hain xumeak ziren, ezen erabiltzen zuten otoitz bakarra hau zen: 'Hiru gara; Zu Hiru zara - erruki izan zaitez gurekin!' Mirari handiak agertu ziren otoitz xalo honetan."

"Tokiko gotzaina **30-2** Hiru ermitauen eta haien otoitz onartezinaren berri izan zuen, eta bisitatzea erabaki zuen kanoniko deialdiak irakasteko. Uhartera iritsi zen, ermitauei esan zien haien zeruko eskaera duintasunik gabekoa zela, eta ohiko otoitz asko irakatsi zizkien. Ondoren, gotzaina txalupa batean abiatu zen. Ontziaren atzetik, argi distiratsu bat ikusi zuen. Hurbildu ahala, hiru ermitauak ikusi zituen, eskutik helduta eta olatuen gainean korrika zihoazen ontzia harrapatzen saiatzeko ahaleginean.

«'Ahaztu egin ditugu irakatsi zenizkigun otoitzak', oihu egin zuten gotzainarengana iritsi zirenean, 'eta errepikatzeko eskatu dizugu presaka'. Gotzain harrituak burua astindu zuen.

«'Maiteok', erantzun zien apalki, 'jarraitu zuen otoitz

zaharrarekin bizitzen!'» Nola ibili ziren hiru santuak uretan?

Nola egin Kristo berpiztu bere gurutziltzatu gorputza?

Nola egin Lahiri Mahasaya eta Sri Yukteswar egin haien mirariak?

Zientzia modernoak ez du oraindik erantzunik; bonba atomikoaren etorrerarekin eta radarraren mirariak direla eta, mundu-adimenaren esparrua bat-batean handitu den arren. "Ezinezkoa" hitza gero eta garrantzi gutxiago hartzen ari da zientzia-hiztegian.

Antzinako Vediko idatziek diote mundu fisikoa *maya lege oinarritzko baten pean funtzionatzen duela* , erlatibitatearen eta dualtasunaren printzipioaren pean.

Jainkoa, Bizitza Bakarra, Batasun Absolutua da; Bera ezin dira sorkuntza baten agerpen bereizi eta anitzak bezala agertu, itxura faltsu edo

belo irrealak. Ilusio kosmiko hori *maya da* . Aro modernoko aurkikuntza zientifiko handi guztiek rishien adierazpen sinple honen berrespena izan da.

Newtonen Mugimenduaren Legea *maya lege bat da* : "Ekintza orori beti dago erreakzio berdin eta kontrako bat; bi gorputzen elkarrekiko ekintzak beti dira berdinak eta kontrako norabidean noranzkoan". Beraz, ekintza eta erreakzioa zehazki berdinak dira. "Indar bakarra izatea ezinezkoa da. Bi indar berdin eta kontrako egon behar dira, eta beti daude".

Oinarrizko jarduera naturalek guztiek beren jatorri mayistikoa salatzen dute. Elektrizitatea, adibidez, aldentze eta erakarpen fenomenoak da; bere elektroioak eta protoiak aurkako elektrikoak dira. Beste adibide bat: materiaren atomoa edo azken partikula, Lurra bera bezala, polo positiboak eta negatiboak dituen iman bat da. Mundu fenomeniko osoa polaritatearen eraginpean dago; fisikako, kimikako edo beste edozein zientziako legerik ez da inoiz aurkitzen printzipio kontrajarri edo kontrajarrietatik libre.

mayatik kanpo , sorkuntzaren ehundura eta egitura bera dena. Natura bera *maya da* ; zientzia naturalak nahitaez bere nahitaezko zertasunaz arduratu behar du. Bere domeinuan, betierekoa eta agortezina da; etorkizuneko zientzialariek ezin dute egin bere infinitutasun anitza alderdi bat bestearen atzetik aztertzea baino. Zientzia, beraz, etengabeko fluxu batean geratzen da, helburura iritsi ezinik; dagoeneko existitzen den eta funtzionatzen duen kosmos baten legeak formulatzeko gai, baina Lege Egilea eta Operadore Bakarra detektatzeko botererik gabe. Grabitazioaren eta Elektrizitatearen agerpen dotoreak ezagunak bihurtu dira, baina zer diren grabitazioa eta Elektrizitatea, ez daki inongo hilkorrek. **30-3**



"ren bidez B. K. Mitra barruan "Kalyana- Kalpatur-

A GURU ETA IKASLE

Basoa ermitak ziren hau antzinako eserlekuak -ren ikaskuntza, laiko eta jainkotiarra, -rako hau gazteria

Indiakoa. Hemen, guru agurgarri batek, zurezko meditazio-euskarri batean bermatuta, bere dizipulua Espirituaren misterio gorenetan sartzen ari da.

Maya gainditzea izan zen gizateriari milaka urteko profetek esleitutako zeregina. Sorkuntzaren dualtasunaren gainetik igotzea eta Sortzailearen batasuna hautematea gizakiaren helburu gorena zen. Kosmikoko ilusioari eusten diotenek polaritatearen lege esentziala onartu behar dute: fluxua eta beherakada, igoera eta jaitsiera, eguna eta gaua, plazerra eta mina, ongia eta gaizkia, jaiotza eta heriotza. Eredu zikliko honek monotonia mingarri bat hartzen du bere gain, gizakiak milaka jaiotza izan ondoren; begi itxaropentsu bat botatzen hasten da mayaren konpultsioen *atzean* .

Mayaren beloa urratzen du sorkuntzaren sekretua zulatzea. Unibertsoa horrela biluzten duen yogia da benetako monoteista bakarra. Beste guztiak irudi paganoak gurtzen ari dira. Gizakia naturaren engainu dualisten menpe dagoen bitartean, Janus aurpegia duen *Maya* da bere jainkosa; ezin du benetako Jainko bakarra ezagutu.

Munduaren ilusioari, *mayari* , *banan-banan avidya* deitzen zaio , literalki "ez-ezagutza", ezjakintasuna, engainua. *Maya* edo *avidya ezin da inoiz suntsitu konbikzio edo analisi intelektualaren bidez, baizik eta nirbikalpa samadhi* barne-egoera lortuz soilik . Itun Zaharreko profetek, eta lurralde eta aro guztietako ikusleek kontzientzia egoera horretatik hitz egin zuten. Ezekielek dio (43:1-2): "Ondoren bera ekarri ni ra hau atea, berdin hau atea hori begiratzen du aldera hau ekialdean: eta, hara, Israelgo Jainkoaren aintza ekialdetik zetorren: eta haren ahotsa ur askoren zarata bezalakoa zen: eta lurra haren aintzaren distiraz distiratzzen zen". Kopetan (ekialdean) zegoen jainkozko begiaren bidez, Yogiak bere kontzientzia nonahikotasunera nabigatzen du, Hitza edo Aum entzunez, ur edo bibrazio askoren jainkozko soinua, sorkuntzaren errealitate bakarra dena.

Kosmosaren bilioi misterioen artean, fenomenikoena argia da. Soinu-uhinen aldean, zeinen transmisioak airea edo beste euskarri material batzuk behar dituen, argi-uhinak libreki igarotzen dira espazio interestelarraren hutsunetik. Teoria ondulatorioan argiaren euskarri interplanetariotzat hartzen den eter hipotetikoaren baztertu daiteke espazioaren propietate geometrikoek eterren teoria beharrezkoa ez dela dioen Einsteinen arrazoiengatik. Edozein hipotesiren arabera, argia da edozein adierazpen naturalen artean sotilenena, menpekotasun materialetik libreena.

Einsteinen kontzepzio erraldoietan, argiaren abiadurak -290.000 kilometro segundoko- menderatzen du Erlatibitatearen Teoria osoa. Matematikoki frogatzen du argiaren abiadura dela, gizakiaren gogo mugatuarentzat, fluxu ezegonkorreko unibertso batean *konstante bakarra* . Argi-abiaduraren absolutu bakarraren menpe daude denbora eta espazioaren giza estandar guztiak. Orain arte kontsideratu

bezala abstraktuki betierekoak ez direnez, denbora eta espazioa faktore erlatiboak eta finituak dira, eta haien neurketa-balioa argi-abiaduraren neurriari erreferentzia eginez soilik lortzen dute. Espazioa erlatibitate dimentsional gisa batu denean, denborak aldaezin den balio baten aldeko erreklamazio zaharrak utzi ditu. Denbora orain bere izaera zilegira biluztu da - anbiguitasunaren esentzia sinple bat! Bere boligrafoaren ekuazio-trazu gutxi batzuekin, Einsteinek kosmosetik argiarena izan ezik errealitate finko guztiak uxatu ditu.

Geroagoko garapen batean, bere Eremu Bateratuaren Teorian, fisikari handiak grabitazioaren eta elektromagnetismoaren legeak formula matematiko bakar batean gorpuzten ditu. Kosmikoa murriztea

egitura lege bakar baten aldakuntzetara, Einstein **30-4** aroetan zehar iristen da sorkuntzaren ehundura bakarria aldarrikatu zuten rishietaraino -maya proteiko batena- .

Erlatibitatearen Teoria arokarrean sortu dira atomo gorena aztertzeko aukera matematikoak. Zientzialari handiek ausardiaz baieztatzen dute ez bakarrik atomoa materia baino energia dela, baizik eta energia atomikoa funtsean gogo-materiala dela.

«Zientzia fisikoa itzalen mundu batekin arduratzen dela argi eta garbi konturatzea aurrerapen esanguratsuenetako bat da», idatzi du Sir Arthur Stanley Eddingtonek *The Nature Of The Physical World* liburuan . «Fisikaren munduan, bizitza ezagun baten dramaren itzal-grafiko baten emanaldia ikusten dugu. Nire ukondoaren itzala itzal-mahaian dago, itzal-tinta itzal-paperaren gainetik isurtzen den bitartean. Dena sinbolikoa da, eta sinbolo gisa fisikaria uzten du. Gero, sinboloak eraldatzen dituen alkimistaren adimena dator. Ondorioa modu zakarrean esateko, munduko materia adimena da-»

gauzak. The errealista kontua eta zelaiak -ren indarra -ren ohia fisikoa teoria dira guztiz garrantzirik gabeko

izan ezik barruan beraz urrun bezala hau buruko gauzak du bera biratu hauek irudimenak.The kanpoko mundua du horrela

itzalen mundu bihurtu. Gure ilusioak kentzean substantzia kendu dugu, izan ere, ikusi dugu substantzia gure ilusio handienetako bat dela."

Mikroskopia elektronikoaren aurkikuntza berriarekin batera atomoen argi-esentziaren eta naturaren dualtasun saihestezinen frogaz zehatza etorri zen. *New York Times egunkariak* 1937an mikroskopia elektronikoaren erakustaldi baten txosten hau eman zuen, Amerikako Elkartearen bilera baten aurrean. Zientziaren Aurrerapenerako:

Wolframioaren kristal-egitura, orain arte X izpien bidez zeharka bakarrik ezagutzen zena, pantaila fluoreszente batean ausardiaz zirriborratuta zegoen, bederatzi atomo espazio-sareko posizio zuzenetan erakutsiz, kubo bat, atomo bana izkina bakoitzean eta bestea erdian. Wolframioaren kristal-sareko atomoak pantaila fluoreszentean argi-puntu gisa agertzen ziren, eredu geometrikoetan antolatuta. Argi-kubo kristalino honen aurrean, aire-molekulak bonbardatzen ari zirenak argi-puntu dantzari gisa ikus zitezkeen, uretan mugitzen diren eguzki-argiaren puntuen antzera...

"Mikroskopia elektronikoaren printzipioa 1927an aurkitu zuten lehen aldiz Clinton J. Davisson eta Lester H. Germer doktoreek, New Yorkeko Bell Telephone Laboratories-ekoak, elektroioak nortasun bikoitza zuela aurkitu zutenean, partikula eta uhin ezaugarriak partekatzen zituelarik. Uhinaren ezaugarriak elektroioari argiaren ezaugarria ematen zion, eta ikerketa bat hasi zen elektroioak lente baten

bidez argia fokatzearen antzeko moduan 'fokatzeko' bitartekoak asmatzeko."

"Elektroiaren Jekyll-Hyde ezaugarriaren aurkikuntzagatik, De Broglie fisikari frantziarrak, Nobel saridunak, 1924an egindako iragarpena berretsi zuena eta natura fisikoaren eremu osoak nortasun bikoitza zuela erakutsi zuena, Davisson doktoreak fisikako Nobel saria ere jaso zuen ."

«Ezagutza-jarioa», idazten du Sir James Jeansek *Unibertso Misteriotsuan* , «errealitate ez-mekaniko baterantz doa; unibertsoa makina handi bat baino pentsamendu handi baten antza handiagoa hartzen hasten da». XX. mendeko zientzia, beraz, *Veda zaharretako orrialde baten antza du* .

Zientziatik, beraz, hala izan behar badu, ikas dezala gizakiak egia filosofiko hau: ez dagoela unibertso materialik; haren ehundura eta ehundura *maya da* , ilusioa. Errealitatearen bere mirariak hautsi egiten dira analisipean. Kosmos fisiko baten euskarri lasaigarriak banan-banan bere azpian erortzen diren heinean, gizakiak lauso hautematen du bere idolatria-konfiantza, jainkozko aginduaren iraganeko haustura: "Ez duzu beste jainkorik izango nire aurrean".

Masa eta energiaren baliokidetasuna azaltzen duen bere ekuazio ospetsuan, Einsteinek frogatu zuen materiaren edozein partikulatan dagoen energia bere masa edo pisuaren berdina dela, argiaren abiaduraren karratuarekin biderkatuta. Energia atomikoen askapena partikula materialak suntsitzearen bidez gertatzen da. Materiaren "heriotza" Aro Atomiko baten "jaiotza" izan da.

Argi-abiadura estandar edo konstante matematiko bat da, ez 186.000 milia segundoko balio absolutua dagoelako, baizik eta abiadurarekin batera masa handitzen den inongo gorputz materialik ezin duelako argiaren abiadura lortu. Beste era batera esanda: masa infinitua duen gorputz material batek bakarrik berdindu dezake argiaren abiadura.

. Hau Kontzepzioa Ekartzen du Gu Hara The Zuzenbidea -ren Mirariak

Beren gorputzak edo beste edozein objektu materializatzeko eta desmaterializatzeko gai diren maisuak, eta argiaren abiadurarekin mugitzeko gai direnak, eta berehalako ikusgarritasuna lortzeko argi-izpi sortzaileak erabiltzeko gai direnak. edozein fisikoa agerpena, izan beteta hau beharrezkoa Einsteindarra baldintza: haien masa infinitua da.

Yogi perfektu baten kontzientzia ahaleginik gabe identifikatzen da, ez gorputz estu batekin, baizik eta egitura unibertsalarekin. Grabitazioak, Newtonen "indarra" edo Einsteinen "inertziaren agerpena" izan, ez du indarrik maisu bat "pisuaren" propietatea erakustera *behartzeko* , hau da, objektu material guztien grabitazio-baldintza bereizgarria. Bere burua Espiritu omnipresente gisa ezagutzen duenak ez du gehiago gorputz baten zurruntasunen menpe denboran eta espazioan. Haien espetxeratutako "eraztunak-iraganezinak" disolbatzailearen aurrean amore eman dute: "Ni naiz Hura".

"Fiat lux! Eta argia izan zen". Jainkoak bere sorkuntza ordenatuari eman zion lehen aginduak (*Hasiera* 1:3) errealitate atomiko bakarra sortu zuen: argia. Materialik gabeko euskarri honen izpietan gertatzen dira jainkozko agerpen guztiak. Aro guztietako debotoek Jainkoaren itxura sugar eta argi gisa erakusten dute. "Erregeen Erregea eta jaunena Jauna; hilezkortasuna duen bakarra, inork ezin hurbildu daitekeen argitan bizi dena". **30-5**

Meditazio perfektuaren bidez bere kontzientzia Sortzailearekin batu duen yogi

batek esentzia kosmikoa argi gisa hautematen du; berarentzat ez dago alderik osatzen duten argi-izpien artean. ura eta lurra osatzen duten argi-izpiak. Materia-kontzientziatik libre, espazioaren hiru dimentsioetatik eta denboraren laugarren dimentsiotik libre, maisu batek bere argi-gorputza erraztasun berdinarekin transferitzen du lurraren, uraren, suaren edo airearen argi-izpien gainetik. Begi espiritual askatzailean denbora luzez kontzentratu izanak yogia gai izan da materiari eta bere grabitazio-pisuari buruzko engainu guztiak suntsitzeko; harrezkero, unibertsoa funtsean argi-masa bereizgabe gisa ikusten du.

"Optikoa irudiak," Doktorea L. T. Troland -ren Harvard esaten du gu, "dira eraikia gora piztuta hau berdina printzipio bezala hau

ohiko 'erdi-tonuko' grabatuak; hau da, begiak hautemateko txikiegiak diren puntu edo zerrenda txikiz osatuta daude. Erretinaren sentikortasuna hain da handia, ezen ikusmen batek

"Sentsazioa argi mota egokiaren Quanta gutxi batzuek sor dezakete". Argi fenomenoek jainkozko ezagutzaren bidez, maisu batek berehala proiektatu ditzake hautemangarri den agerpenean nonahi dauden argi atomoak. Proiektzioaren benetako forma -zuhaitz bat, sendagai bat, giza gorputz bat izan- yogi baten borondate eta bistaratze ahalmenekin bat dator.

Gizakiaren amets-kontzientzian, non loak egunero inguratzen duten muga egoistei askatu dien, bere gogoaren ahalguztiduntasunak gauero erakusten du bere burua. Hara! han daude ametsetan aspaldi hildako lagunak, kontinente urrunenak, berpiztutakoak... Bere haurtzaroko eszenak. Ametsen fenomenoetan gizaki guztiek ezagutzen duten kontzientzia libre eta baldintzatugabe horrekin, Jainkoarekiko sintonizatutako maisuak inoiz hautsi ez den lotura bat sortu du. Motibo pertsonal guztien errugabea, eta Sortzaileak emandako sormen-borondatea erabiliz, yogi batek unibertsoko argi-atomoak berrantolatzen ditu deboto baten edozein otoitz zintzo asetzeko. Helburu horretarako egin ziren gizakia eta sorkuntza: *mayaren* maisu gisa altxatzeko, kosmosaren gaineko bere nagusitasuna jakinda.

"Eta Jainkoak esan zuen: Egin dezagun gizakia gure irudiko, gure antzera, eta izan bedi nagusi itsasoko arrainen, zeruko hegaztien, abereen, lur osoaren eta lurrean narrastaka dabilen piztia guztien gainean». **30-6**

Barruan 1915ean, laster ondoren Ni izan sartu hau Swami Agindua, Ni lekuko izan bat ikusmena -ren bortitz kontrasteak. Bertan hau erlatibitatea -ren gizaki kontzientzia zen biziki ezarrita; Ni argi eta garbi hauteman hau batasuna *Mayaren* dualtasun mingarrien atzean dagoen Argi Betikoa. Ikuspegia etorri zitzaidan goiz batean nire aitaren Gurpar Road etxeko ganbara txikian eserita nengoela. Hilabeteetan zehar Lehen Mundu Gerra Europan piztu zen; heriotza kopuru handiaz hausnartu nuen triste.

Meditazioan begiak itxi nituenean, nire kontzientzia bat-batean gerraontzi baten komandantea zen kapitainaren gorputzera transferitu zen. Kanoien burrunbak airea zatitu zuen kostaldeko baterien eta itsasontziko kanoien artean tiroak trukatzeko ziren bitartean. Obus erraldoi batek bolbora-biltegia jo eta nire itsasontzia zatitu zuen. Uretara salto egin nuen, leherketatik bizirik atera ziren marinel gutxi batzuekin batera.

Bihotza taupaka, kostaldera iritsi nintzen onik. Baina, tamalez!, bala galdu batek bere hegaldi amorratua amaitu zuen nire bularrean. Lurrera erori nintzen intzirika.

Gorputz osoa paralizatuta nuen, baina gorputza nuela kontziente nintzen, hanka bat lokartuta dagoela kontziente zaren bezala.

«Azkenean, Heriotzaren urrats misterioitsuak harrapatu nau», pentsatu nuen. Azken hasperen batekin, konortea galtzear nengoen, hara! Gurpar Road-eko nire gelan loto-jarreran eserita aurkitu nuen neure burua.

Malko histerikoak isuri ziren pozik laztandu eta estutzen nuen bitartean berreskuratutako nire gorputza - Bularrean bala-zulorik gabe. Aurrera eta atzera kulunkatu nintzen, arnasa hartu eta bota, bizirik nengoela ziurtatzeko. Auto-zoriondu hauen artean, berriro ere nire kontzientzia odolustutako kostaldeko kapitainaren gorpu hilera transferitu zela konturatu nintzen. Buruko nahasmen erabatekoa hartu ninduen.

"Jauna," Ni otoitz egin zuen, naiz Ni hilda edo bizirik?"

Argi-joko liluragarri batek bete zuen horizonte osoa. Burrumba leun batek hitzak sortu zituen:

"Zer zerikusi du bizitzak edo heriotzak Argiarekin? Nire Argiaren irudian egin zaitut. bizitzaren eta heriotzaren erlatibotasunak amets kosmikoarenak dira. Begira zure ametsik gabeko izakia! Esnatu, nire haurra, esnatu!"

Gizakiaren esnatzean urrats gisa, Jaunak zientzialariak inspiratzen ditu bere sorkuntzaren sekretuak une eta leku egokian aurkitzera. Aurkikuntza moderno askok gizakiei kosmosa jainkozko adimenak gidatutako botere-argi baten adierazpen anitz gisa ulertzen laguntzen diete. Zinemaren, iratiaren, telebistaren, radarraren, zelula fotoelektrikoaren mirariak -dena ikusten duen "begi elektrikoa", energia atomikoena- argiaren fenomeno elektromagnetikoan oinarritzen dira.

Zinema-arteak edozein mirari irudika dezake. Ikuspegi bisual ikusgarritik, ez dago argazkilaritza engainatzeko debekurik duen miraririk. Gizon baten gorputz astral gardena bere forma fisiko gordinetik altxatzen ikus daiteke, uretan ibili, hildakoak berpiztu, garapenen sekuentzia naturala alderantzikatu eta denbora eta espazioarekin hondamendia eragin dezake. Argi-irudiak nahi duen moduan muntatuz, argazkilariak maisu batek benetako argi-izpiekin sortzen dituen mirari optikoak lortzen ditu.

Zinemako irudi errealistek sorkuntzari buruzko egia asko ilustratzen dituzte. Zuzendari Kosmikoak bere antzezlanak idatzi ditu, eta mendeetako ikuskizunerako aktore izugarriak bildu ditu. Betikotasunaren etxola ilunpetik, bere sormen izpia isurtzen du aro desberdinetako filmen bidez, eta irudiak espazioaren pantailan proiektatzen dira. Zinemako irudiak errealak diruditen bezala, baina argi eta itzalen konbinazioak baino ez dira, barietate unibertsala ere itxura engainagarria da. Planeta-esferak, beren bizitza-forma ugariekin, ez dira irudi kosmiko batzuk baino, aldi baterako bost zentzumen-pertzepzioei leialak, eszenak gizakiaren kontzientziaren pantailan proiektatzen diren heinean sormen izpi infinituak proiektatzen dituen heinean.

Zinemako ikusle batek gora begiratu eta pantailako irudi guztiak argi-izpi irudigabe baten bidez agertzen direla ikus dezake. Drama unibertsal koloretsua, era berean, Iturri Kosmiko baten argi zuri bakarretik sortzen ari da. Jainkoak, pentsaezina den asmamenarekin, entretenimendu bat antolatzen ari da bere giza seme-alabentzat, aktore eta ikusle bihurtuz bere antzoki planetarioan.

Egun batean zinema-areto batera sartu nintzen Europako gudu-zelaiaren albistegi bat ikusteko. Lehen Mundu Gerra oraindik Mendebaldean gertatzen ari zen; albistegiak sarraskia hain errealismoz grabatu zuen, ezen... Bihotz-minduta irten nintzen

antzokitik.

"Jauna," Ni otoitz egin zuen, "zergatik egin Zu baimena halako sufrimendua?"

Nire harridurarako, berehalako erantzuna etorri zen benetako Europako gudu-zelaiaren ikuspegi baten bidez. Hildako eta hiltzen ari ziren borrokaren izugarrikeriak askoz ere basatiagoa zen.

edozein ordezkaritza -ren hau albistegi.

«Begira arretaz!», ahots leun batek nire barne-kontzientziari esan zion. «Ikusiko duzu Frantzian antzezten ari diren eszena hauek ez direla argi-ilunaren antzezlan bat baino. Kosmos-filma dira, ikusi berri duzun albistegi-filma bezain erreala eta irreala: antzezlan baten barruan dagoen antzezlan bat».

Nire bihotza oraindik ez zen kontsolatu. Jainkozko ahotsak jarraitu zuen:

"Sorkuntza argia eta itzala da, bestela ez dago irudirik posible. *Mayaren ongia eta gaizkia* txandakatu behar dira beti nagusitasunean. Poza etengabekoa balitz hemen mundu honetan, gizakiak beste bat bilatuko al luke inoiz? Sufrimendurik gabe, ia ez du gogoratzen bere betiko etxea utzi duela. Mina oroitzapenaren ziztada bat da. Ihes egiteko bidea jakinduria da! Heriotzaren tragedia irreala da; harekin ikara egiten dutenak aktore ezjakin baten antzekoak dira, eszenatokian beldurrez hiltzen dena kartutxo huts bat baino ez diotenean jaurtitzen. Nire semeak argiaren seme-alabak dira; ez dute betiko lo egingo engainuan".

Mayaren inguruko idatzi santuen kontakizunak irakurri nituen arren, ez zidaten eman ikuspegi pertsonalekin eta haiekin batera zetozen kontsolamendu hitzekin batera zetorren sakontasun hori. Norberaren balioak sakonki aldatzen dira azkenean konbentzitzen denean sorkuntza film erraldoi bat besterik ez dela, eta ez bertan, baizik eta haratago dagoela bere errealtatea.

Kapitulu hau idazten amaitu nuenean, loto posturan eseri nintzen ohean. Nire gela bi itzal-lanparek argi ahula zuten. Begirada altxatzean, sabaia mostaza koloreko argi txikiz josita zegoela ohartu nintzen, radioaren antzeko distira batekin distiratzen eta dardarka. Arkatz-izpi ugari, euri-geruzak bezala, izpi garden batean bildu eta isil-isilik isuri ziren nire gainera.

Bat-batean, nire gorputz fisikoak bere zakartasuna galdu eta ehundura astralean metamorfosatu zen. Flotazio sentsazio bat sentitu nuen, ohea ia ukitu gabe, pisurik gabeko gorputza apur bat eta txandaka ezker-eskuin mugitzen zenean. Gelari begiratu nion; altzariak eta hormak ohi bezala zeuden, baina argi masa txikia hainbeste biderkatu zen, ezen sabaia ikusezina zen. Harrituta geratu nintzen.

«Hau da irudi kosmikoaren mekanismoa». Ahots batek argiaren barrutik bezala hitz egin zuen. «Zure oheko maindireen pantaila zurian bere izpia isuriz, zure gorputzaren irudia sortzen ari da. Begira, zure forma ez da argia baino!»

Besoak begiratu eta aurrera eta atzera mugitu nituen, baina ezin nuen haien pisua sentitu. Poztasun extatiko batek gainezka egin zidan. ni. Hau kosmiko zurtoina -ren argia, loratzea bezala nire gorputza, zirudien bat jainkotiar erreplika zinema bateko proiektzio-kabinatik irteten diren argi-izpiak eta pantailan irudi gisa agertzen direnak.

Denbora luzez bizi izan nuen nire gorputzaren irudi hau nire logelako areto ilun eta argiztatuan. Izan ditudan ikuspegi askoren gainera, bat ere ez zen hain berezia izan. Gorputz solido baten ilusioa guztiz desagertu ahala, eta objektu guztien funtsa argia dela sakondu ahala, bizitza-tronuen jario taupadatsuari begiratu eta erregutuz hitz egin nuen.

"Jainkozko Argia, mesedez, erretiratu hau, nire gorputz-irudi xume hau, Zeure baitara, Elias sugar batek zerura eramanez bezala."

Otoitz hau harrigarria izan zen, antza denez; izpia desagertu egin zen. Nire gorputzak bere ohiko pisua berreskuratu eta ohean hondoratu zen; sabaiko argi distiratsuen multzoa keinuka eta desagertu egin zen. Lur hau uzteko nire ordua ez zen iritsi, antza denez.

«Gainera», pentsatu nuen filosofikoki, «Elias profeta nire ustekeriarekin haserre egon liteke!»

30-1 : Hau ospetsu Errusiera artista eta filosofo du izan bizitzen -rako asko urteak barruan India gertu hau Himalaia. "tik gailurrak dator errebelazioa", bera du idatzia. "Barruan kobazuloak eta gainean hau gailurrak bizi izan zen hau rishiak. Gainera hau elurtu gailurrak -ren Himalaiak distira bizia erretzen du, izarrak eta tximisten distira zoragarriak baino distiratsua da."

30-2 : The istorioa maizta izan bat historikoa oinarri; bat editoriala ohar jakinarazten du gu hori hau gotzain ezagutu hau hiru monjeak bitartean Arkangelutik Dvina ibaiaren bokalean dagoen Slovetzky monasterioraino zihoan nabigatzen.

30-3 Marconi asmatzaile handiak zientziaren ezintasuna onartu zuen azken erabakien aurretik: "Ezintasuna -ren zientzia ra konpondu bizitza da absolutua. Hau egitate egingo nuke izan benetan beldurgarria ziren hura ez -rako fedea. The misterio -ren bizitza gizakiaren pentsamenduaren aurrean jarri den arazo iraunkorra da, zalantzarik gabe."

30-4 : A pista ra hau norabidea hartua egilea Einsteinen jenio da emanda egilea hau egitate hori bera da bat bizitza osorako dizipulu -ren hau Spinoza filosofo handia, zeinaren lanik ezagunena *Etika ordena geometrikoan frogatua den* .

30-5 : Ni *Timoteo* 6:15-16 .

30-6 : *Genesis* 1:26.

KAPITULUA: 31

Bat Elkarrizketa -rekin The Sakratua Ama

"Ama Erreberendoa, zure profeta-senarrak bataiatu ninduen haurtzaroan. Nire gurasoen eta nire guru Sri Yukteswarjiaren gurua zen. Beraz, emango al didazu zure bizitza sakratuko zenbait gertakari entzuteko pribilegioa?"

Srimati Kashi Moniri hitz egiten ari nintzen, Lahiri Mahasayaren bizitzako lagunari. Benaresen denbora labur batez nengoela, emakume agurgarria bisitatzeko aspaldiko nahia betetzen ari nintzen. Adeitasunez hartu ninduen Benaresko Garudeswar Mohulla auzoko Lahiri etxalde zaharrean. Adinekoa izan arren, loto

baten antzera loratzen ari zen, usain espiritual bat isilean dariala. Gorpuzkera ertainekoa zen, lepo liraina eta azal argia zituen. Begi handi eta distiratsuek bere aurpegi amatarra leuntzen zuten.

"Seme, zu dira ongi etorri hemen. Zatoz goian."

Kashi Monik gela txiki-txiki batera eraman ninduen, non, denbora batez, bere senarrarekin bizi izan zen. Ohore handia sentitu nuen maisu paregabeak ezkontzaren drama humanoa antzeztu zuen santutegia ikustean. Emakume jatorrak bere ondoan zegoen burko-eserleku batera joateko keinua egin zidan.

«Urteak igaro ziren nire senarraren jainkozko tamainaz jabetu aurretik», hasi zen. «Gau batean, gela honetan bertan, amets bizi bat izan nuen. Aingeru loriatsuak nire gainean flotatzen ari ziren, grazia ulertezin batean. Hain errealista zen ikuspegia, ezen berehala esnatu bainintzen; gela modu bitxian argi itsugarri batez inguratuta zegoen.

"Nire senarra, loto posturan, gelaren erdian lebitatzen ari zen, eskuak tolestuta zituzten aingeruek inguratuta, otoitz egiten ziotenak. Neurrigabe harrituta, oraindik ametsetan ari nintzela sinetsita nengoen."

«Emakume», esan zuen Lahiri Mahasayak, «ez zaude ametsetan. Utzi loa betiko». Poliki-poliki lurrera jaisten zen bitartean, haren oinetan makurtu nintzen.

«'Maisu', oihera egin nuen, 'berriro eta berriro makurtzen naiz zure aurrean! Barkatuko al didazu nire senartzat hartu izana? Lotsaz hiltzen naiz jainkozko esnatzearen ondoan ezjakintasunean lo egon naizela konturatzean. Gau honetatik aurrera, ez zara gehiago nire senarra, nire gurua baizik. Onartuko al duzu nire hutsala zure dizipulu gisa?' **31-1**

"Maisuak astiro ukitu ninduen. 'Arima sakratua, jaiki. Onartua zara'. Aingeruei keinu egin zien. 'Mesedez, makurtu txandaka santu hauetako bakoitzaren aurrean'."

"Nire belaunikapen xumeak amaitu nituenean, aingeru-ahotsak batera entzun ziren, antzinako idatzi santu bateko koru baten antzera.

«Jainkoaren emaztea, bedeinkatua zara. Agurtzen zaitugu». Nire oinetan makurtu ziren eta hara! haien gorputz distiratsuak desagertu egin ziren. Gela ilundu egin zen.

"Nire guru galdetu ni ra jaso hasiera sartu *Kriya Yoga* .

"-ren ikastaroa,' Ni erantzun zuen. Ni naiz barkatu ez ra izan izan bere bedeinkapena lehenago barruan nire bizitza.

«Ez zen garaia heldua». Lahiri Mahasayak irribarre kontsolatzaile bat egin zuen. «Zure karmaren zati handi bat isilean lantzen lagundu dizut. Orain prest eta prest

zaude».

"Nire kopetan ukitu zuen. Argi zurrumbilotsuen multzoak agertu ziren; distira pixkanaka opalo-urdin begi espiritualean eratu zen, urrezko zirkuluetan inguratuta eta erdian izar pentagonal zuri batekin."

«'Sartu zure kontzientzia izarraren bidez Infinituaren erreinura'. Nire guruaren ahotsak nota berri bat zuen, urruneko musika bezain leuna.

"Ikuspegia ondoren ikusmena hautsi egin zen bezala ozeanikoa surfa piztuta hau kostaldeak -ren nire arima. The panoramikoa esferak azkenean

zoriontasun itsaso batean urtu zen. Bedeinkapen etengabe hazikorrean galdu nintzen. Ordu batzuk geroago mundu honen kontzientziara itzuli nintzenean, maisuak *Kriya Yogaren teknika eman zidan* .

"Gau hartatik aurrera, Lahiri Mahasayak ez zuen gehiago nire gelan lo egin. Ezta, ondoren ere, inoiz ez zuen lo egin. Beheko solairuko aurreko gelan egon zen, bere dizipuluen konpainian, egunez zein gauez."

Emakume ospetsua isildu egin zen. Yogi sublimearekin zuen harremanaren berezitasunaz jabetuta, azkenean ausartu nintzen oroitzapen gehiago eskatzera.

«Seme, zikoitza zara. Hala ere, beste istorio bat izango duzu». Lotsati irribarre egin zuen. «Nire guru-senarraren aurka egin nuen bekatu bat aitortuko dut. Nire hastapenaren hilabete batzuk igaro ondoren, bakarrik eta baztertuta sentitzen hasi nintzen. Goiz batean, Lahiri Mahasaya gela txiki honetara sartu zen artikulu bat hartzera; azkar jarraitu nion. Engainu bortitzak jota, gogor hitz egin nion.

«Denbora guztia dizipuluekin ematen duzu. Eta zure emaztearekiko eta seme-alabekiko dituzun ardurekin zer? Sentitzen dut familiarentzat diru gehiago emateko interesik ez izatea.»

"Nagusiak une batez begiratu zidan, eta gero, hara!, desagertu egin zen. Izututa eta beldurtuta, ahots bat entzun nuen gelako txoko guztietatik oihartzuna egiten:

"'Hori da guztiak ezer ez, ez egin zu ikusten? Nola ahal izan bat ezer ez bezala ni ekoiztu aberastasunak -rako zu?

«'Guruji', oihu egin nuen, 'barkamena eskatzen dizut milioi bat aldiz! Nire begi bekatariek ezin zaituzte gehiago ikusi; mesedez, agertu zure forma sakratuan.'»

«'Hemen nago'. Erantzun hau goitik etorri zitzaidan. Gora begiratu eta maisua ikusi nuen gorputzean agertzen» airean, burua sabaiari ukitzen. Begiak itsutzeko sugarrak bezalakoak zituen. Beldurrez kanpo, negarrez etzan nintzen haren oinetan, isilean lurrera jaitsi ondoren.

«Emakume», esan zuen, «bilatu jainkozko aberastasuna, ez lurreko upel hutsala. Barneko altxorra eskuratu ondoren, kanpoko hornidura beti datorrela ikusiko duzu». Gaineratu zuen: «Nire seme espiritualetako batek hornituko zaitu».

"Nire guruak hitzak naturalki etorri egia; bat dizipulu egin utzi bat nabarmena batura -rako gure familia."

Eskerrak eman nizkion Kashi Moniri bere esperientzia zoragarriak nirekin partekatzeagatik. **31-2** Hurrengo egunean bere etxera itzuli nintzen eta Tincouri eta Ducouri Lahirirekin hainbat orduz eztabaida filosofikoaz gozatu nuen. Indiako yogi handiaren bi seme santu hauek haren urrats idealak gertutik jarraitu zituzten. Bi

gizonak ilehoriak, altuak, sendoak eta bizar-zabalak ziren, ahots leunak eta xarma zaharrekoak.

Bere emaztea ez zen Lahiri Mahasayaren emakumezko dizipulu bakarra; beste ehunka ere bazeuden, nire ama barne. Behin, emakume chela batek guruari bere argazia eskatu zion. Hark eman zion...

inprimatu, ohartaraziz, "Baldin eta zu uste hura bat babesa, orduan hura da beraz; bestela hura da bakarrik bat irudia."

Egun batzuk geroago, emakume hau eta Lahiri Mahasayaren erraina *Bhagavad Gita* aztertzen ari ziren guruaren argazkia zegoen mahai batean. Ekaitz elektriko bat piztu zen. amorru handiz kanporatua.

«Lahiri Mahasaya, babestu gaitzazu!» Emakumeak irudiaren aurrean makurtu ziren. Tximista batek irakurtzen ari ziren liburua jo zuen, baina bi debotoak onik atera ziren.

«Bero itogarritik uxatzeko izotz geruza bat jarri izan balidate bezala sentitu nintzen», azaldu zuen chelak.

Lahiri Mahasayak bi mirari egin zituen Abhoya izeneko emakume dizipulu batekin lotuta. Egun batean, bera eta bere senarra, Kalkutako abokatu bat, Benaresera abiatu ziren gurua bisitatzerako. Trafiko handiak atzeratu egin zuen haien bagoia; Howrah geltoki nagusira iritsi zirenean, Benaresko trena txistuka entzun zuten irteteko.

Abhoya, gertu hau txartela bulegoa, zutik egon zen isilik.

«Lahiri Mahasaya, otoitz egiten dizut trena gelditzeko!», otoitz egin zuen isilik. «Ezin dut jasan atzerapenaren mina beste egun bat itxaroten zu ikusteko».

Trenaren gurpilak biraka eta biraka mugitzen jarraitu zuten, baina ez zen aurrera egiten. Ingeniaria eta bidaiariak plataformara jaitsi ziren fenomenoak ikusteko. Trenbideko zaindari ingeles bat hurbildu zitzaientzako Abhoyari eta bere senarrari. Aurrekari guztien aurka, bere zerbitzuak eskaini zizkion.

"Babua," bera esan zuen, "eman ni hau dirua. Ni borondatea erosi zure sarrerak bitartean zu lortu itsasontzian."

Bikotea eseri eta txartelak jaso bezain laster, trena poliki-poliki aurrera abiatu zen. Izututa, makinista eta bidaiariak berriro beren lekura igo ziren, ez zekitelako nola... Trena martxan jarri zen, ezta zergatik gelditu zen hasieran ere.

Benaresen Lahiri Mahasayaren etxera iritsitakoan, Abhoya isilik makurtu zen maisuaren aurrean, eta haren oinak ukitzen saiatu zen.

«Lasai egon, Abhoya», esan zuen. «Zenbat gustatzen zaizun ni gogaitzea! Hurrengo trenean hona etorri ezin izan bazina bezala!»

Abhoyak Lahiri Mahasaya bisitatu zuen beste une gogoangarri batean. Oraingoan, haren bitartekaritza nahi zuen, ez tren batekin, zikoinarekin baizik.

«Otoitz egiten dizut bedeinka nazazula nire bederatzigarren haurra bizi dadin»,
esan zuen. «Zortzi haurtxo jaio zaizkit; guztiak jaio eta gutxira hil dira».

The maisu irribarre egin zuen enpatikoki. "Zure datozen haurra borondatea bizi.
Mesedez jarraitu nire argibideak

kontuz. Haurra, neska bat, gauez jaioko da. Ziurtatu olio-lanpara piztuta mantentzen dela egunsentira arte. Ez loak hartu eta horrela utzi argia itzaltzen."

Abhoyaren haurra alaba bat zen, gauez jaioa, guru orojakileak aurreikusi bezala. Amak bere inudeari agindu zion lanpara olio beteta edukitzeko. Bi emakumeek goizaldeko ordu txikietara arte erne jarraitu zuten, baina azkenean loak hartu zituen. Lanpara-olioa ia amaitu zen; argia ahulki keinuka ari zen.

Logelako atea ireki eta zarata bortitz batekin ireki zen. Emakume ikaratuak esnatu ziren. Haien begi harrituek Lahiri Mahasayaren gorputza ikusi zuten.

«Abhoya, hara, argia ia desagertu da!» Lanparari seinalatu zion, eta erizainak presaka bete zuen berriro. Berriro distiratsu piztu bezain laster, nagusia desagertu egin zen. Atea itxi zen; sarrailek inolako eraginik gabe itxi zuen.

Abhoyaren bederatzigarren haurra bizirik iraun zuen; barruan 1935ean, noiz Ni egina kontsulta, bera zen oraindik bizitzen.

Lahiri Mahasayaren dizipuluetako batek, Kali Kumar Roy agurgarriak, maisuarekin izandako bizitzako xehetasun liluragarri asko kontatu zizkidan.

«Askotan gonbidatu izaten nintzen bere Benaresko etxean asteetan zehar», esan zidan Royk. «Ohartu nintzen santu pertsonaia asko, *danda* **31-3**» swamiak, gauaren isiltasunean iritsi ziren guruaren oinetan esertzeko.

Batzuetan meditazio eta filosofia gaiei buruzko eztabaidan parte hartzen zuten. Egunsentian gonbidatu ospetsuak alde egiten zuten. Nire bisitetan ikusi nuen Lahiri Mahasaya ez zela behin ere etzan lotara.

«Nagusiarekin izan nuen harremanaren hasierako garaian, nire nagusiaren oposizioari aurre egin behar izan nion», jarraitu zuen Royk. «Materialismoan murgilduta zegoen.

«Ez dut erlijio fanatikorik nahi nire langileen artean», esango zuen iseka eginez. «Zure guru xarlatanarekin topo egiten badut, gogoratzeko hitz batzuk emango dizkiot».

"Mehatxu kezkarri honek ez zuen nire ohiko programa eten; ia arratsalde guztiak eman nituen nire guruaren aurrean. Gau batean, nire nagusiak jarraitu egin zidan eta zakarki sartu zen egongelara. Zalantzarik gabe, agindutako ohar lazgarriak esatera zebilen erabat. Gizona eseri bezain laster, Lahiri Mahasayak hamabi dizipulu inguruko talde txikiari hitz egin zion."

"Nahiko nuke zu guztiak bezala ra ikusi bat argazkia?"

«Baietz baietz egin genuenean, gela iluntzeko eskatu zigun. «Eseri zaitezte

elkarren atzean, zirkulu batean», esan zigun, «eta jarri eskuak aurrean duzuen gizonaren begietan».

"Ez nintzen harritu ikustean nire nagusiak ere jarraitzen zituela nagusiaren jarraibideak, nahi gabe bada ere. Minutu batzuk geroago, Lahiri Mahasayak galdetu zigun zer ikusten ari ginen."

Sari gorri ertza darama , eta elefante-belarri landare baten ondoan dago». Beste dizipulu guztiek deskribapen bera eman zuten. Maisuak nire nagusiari begiratu zion. «Ezagutzen al duzu emakume hori?»

«'Bai'. Gizona, antza denez, bere izaerarako emozio berriekin borrokan ari zen. 'Ergelkeriaz gastatu dut nire dirua berarekin, emazte ona izan arren. Lotsatzen naiz hona ekarri nauten motiboez. Barkatuko al didazu eta ikasle gisa onartuko nauzu?'»

«Sei hilabetez bizitza moral on bat eramaten baduzu, onartuko zaitut». Maisuak modu enigmatikoan gaineratu zuen: «Bestela, ez zaitut hasi beharko».

"Hiru hilabetez nire nagusiak tentazioari eutsi zion; gero, emakumearekin zuen aurreko harremanari ekin zion berriro. Bi hilabete geroago hil zen. Horrela ulertu nuen nire guruaren profezia ezkutua, gizonaren hastapenaren ezinezkotasunari buruz."

Lahiri Mahasayak lagun oso ospetsu bat zuen, Swami Trailanga, hirurehun urte baino gehiago zituela esaten zena. Bi yogiak askotan elkarrekin esertzen ziren meditazioan. Trailangaren ospea hain dago zabalduta, ezen hindu gutxik ukatuko lukete bere mirari harrigarrien istorio batean egia posiblea egotea. Kristo lurrera itzuli eta New Yorkeko kaleetan zehar ibiliko balitz, bere jainkozko botereak erakutsiz, duela hamarkada batzuk Trailangak Benaresko kale jendetsuetatik igarotzean sortu zuen zirrara bera eragingo luke.

Askotan, swamiak pozoi hilgarrienak edaten ikusi zuen, inolako ondorio txarrik gabe. Milaka pertsonak, oraindik bizirik dauden batzuk barne, Trailanga Ganges ibaian flotatzen ikusi dute. Egunez uraren gainean eserita egoten zen, edo denbora luzez olatuen azpian ezkutatuta egoten zen. Benaresko bainu-ghatetan ohikoa *zen* swamiaren gorputz geldirik ikustea harrizko xafla beroetan, Indiako eguzki gupidagabearen eraginpean. Balentria horien bidez, Trailangak gizonei irakatsi nahi zien yogi baten bizitza ez dagoela oxigenoaren edo ohiko baldintzen eta neurrien menpe. Uraren gainean edo azpian egon, eta bere gorputza eguzki-izpi bortitzen eraginpean egon edo ez, maisuak frogatu zuen jainkozko kontzientziatz bizi zela: heriotzak ezin zuen ukitu.

Yogia bikaina zen ez bakarrik espiritualki, baita fisikoki ere. Hirurehun baino gehiago pisatzen zuen librak: libra bat bere bizitzako urte bakoitzeko! Oso gutxitan jaten zuenez, misterioa areagotu egiten da. A maisuak, ordea, erraz alde batera uzten ditu osasun-arau arrunt guztiak, arrazoi berezi batengatik egin nahi duenean, askotan berak bakarrik ezagutzen duen arrazoi sotil batengatik. Esnatu diren santu handiak amets mayiko kosmikoa izan eta mundu hau Jainkozko Adimenean ideia gisa gauzatu dutenek nahi dutena egin dezakete gorputzarekin, energia kondentsatu edo izoztuaren forma manipulagarria besterik ez dela jakinda. Zientzialari fisikoek orain ulertzen duten arren materia energia izoztua baino ez

dela, maisu guztiz argituak aspaldi igaro dira teoriatik praktikara materiaren kontrolaren arloan.

Trailanga beti biluzik egoten zen. Benaresko polizia jazartuak arazo-ume nahasgarritzat hartu zuen. Swami naturala, Edeneko lorategiko Adam goiztiarra bezala, ez zen batere kontziente bere biluzik egoteaz. Polizia, ordea, oso kontziente zen horretaz, eta zeremoniarik gabe kartzelara sartu zuten. Lotsa orokorra sortu zen; gorputz erraldoia...

Trailanga laster ikusi zuten, ohiko osotasunean, espetxeko teilatuan. Bere ziegak, oraindik ondo itxita, ez zuen ihes egiteko moduari buruzko arrastorik ematen.

Legearen funtzionario etsiek berriro ere beren betebeharra bete zuten. Oraingoan guardia bat jarri zen swamiaren ziegaren aurrean. Might berriro erretiratu zen eskubidea baino lehen. Trailanga laster ikusi zuten teilatuan zehar bere paseo lasaian. Justizia itsua da; polizia maltzurak haren atzetik joatea erabaki zuen. adibide.

Yogi handiak ohiturazko isiltasuna gorde zuen. **31-4** Aurpegi biribila eta upel itxurako urdaila izan arren, Trailangak noizean behin bakarrik jaten zuen. Asteak jan gabe egon ondoren, baraua hausten zuen debotoek eskaintzen zioten esne zikinduz betetako poteekin. Behin eszeptiko batek Trailanga xarlatan gisa salatzea erabaki zuen. Hormak zuritzeko erabiltzen den kaltzio-kare nahasketako ontzi handi bat jarri zioten swamiari.

«Maisu», esan zuen materialistak, errespetu itxurak eginez, «esne birrindua ekarri dizut. Edan ezazu, mesedez».

Trailangak zalantzarik gabe hustu zuen, azken tantaraino, kare erretzen ari zen ontzia. Minutu gutxiren buruan, gaizkilea lurrera erori zen atsekabetuta.

"Lagundu, swami, laguntza!" bera negar egin zuen. "Nik naiz piztuta sua! Barkatu nire gaizto proba!"

Yogi handiak bere ohiko isiltasuna hautsi zuen. "Isekalari", esan zuen, "ez zenuen konturatu pozoia eskaini zenidanean nire bizitza zurearekin bat dela. Jainkoa nire urdailean dagoela banekien, sorkuntzako atomo guztietan bezala, kareak hilko nindukeen. Orain bumerangaren esanahi jainkotiarra ezagutzen duzunez, ez egin berriro inori txantxarik".

The ondo garbituta. bekatari, sendatu egilea Trailanga-ren hitzak, isilpean ahulki urrun.

Minaren alderantzikatzea ez zen maisuaren borondatearen ondorio izan, baizik eta sorkuntzaren orbe urrunenari eusten dion justiziaren legearen aplikazio hutsalaren bidez gertatu zen. Trailanga bezalako Jainkoaren errealizazioko gizonek jainkozko legea berehala funtzionatzen uzten dute; betiko uxatu dituzte egoaren korrante gurutzatu guztiak.

Zuzenbidearen doikuntza automatikoek, askotan ustekabeko txanpon batekin ordainduta, Trailanga eta bere hiltzaile izan zitekeenaren kasuan bezala, giza injustiziaren aurrean dugun haserre bizkorra baretzen dute. "Nirea da mendekua; nik ordainduko dut", dio Jaunak. **31-5** Zertarako behar dira gizakiaren baliabide laburrak? Unibertsoak behar bezala konspiratzen du mendekua lortzeko. Buru

aspergarriek jainkozko justiziaren, maitasunaren, orojakintasunaren eta hilezkortasunaren aukera gutxiesten dute. "Eskritura Santuetako aieru airetsuak!" Ikuspegi sentiberagabe hau, beldurrik gabea ikuskizun kosmikoaren aurretik, gertaera-kate bat pizten du, eta horrek bere esnatzea dakar.

Kristok aipatu zuen lege espiritualaren ahalguztiduntasuna Jerusalemera garaile sartu zenean. Dizipuluak eta jendetza poz-pozik oihuka ari ziren bitartean, eta "Bakea zeruan eta aintza zeru gorenean" oihuka, fariseu batzuek kexatu ziren ikuskizun itsusi horretaz. "Maisu", protestatu zuten, "errepikatu zure dizipuluak".

«Egia esan», erantzun zuen Jesusek, «hauek isilduko balira, harriek oihu egingo luketela». **31-6**

Fariseuei egindako errieta honetan, Kristok adierazi nahi zuen jainkozko justizia ez dela abstrakzio figuratiboa, eta bakezale batek, nahiz eta mihia sustraietatik erauzi, bere hizkera eta defentsa sorkuntzaren oinarrian, ordena unibertsalean bertan, aurkituko dituela.

«Bakezaleak isilarazi nahi dituzuela uste duzue», esaten ari zen Jesusek? «Itotzea ere espero dezakezue» Jainkoaren ahotsa, zeinaren harriek aintza eta nonahitasuna kantatzen duten. Eskatuko al diezu gizakiei ez dezatela zeruko bakearen omenez ospatu, baizik eta jendetzan bildu daitezela lurrean gerra oihuka? Orduan, egin ezazue zuen prestaketak, fariseuok, munduaren oinarriak eraisteko; ez baitira gizon jatorrak bakarrik, baizik eta harriak edo lurra, eta ura, sua eta airea altxatuko direnak zuen aurka, bere harmonia ordenatuaren lekuko izateko".

Kristoren antzeko yogiaren, Trailanga-ren, grazia eman zitzaion behin nire *sajo ama-ri* (amaren aldeko osabari). Goiz batean, osabak maisua ikusi zuen Benaresko ghat batean debotoz beteriko jendetza batez inguratuta. Trailangarengana hurbiltzea lortu zuen, eta haren oinak umiltasunez ukitu zituen. Osaba harrituta geratu zen gaixotasun kroniko mingarri batetik berehala askatu zela ikustean. **31-7**

Yogi handiaren dizipulu bizirik ezagutzen den bakarra Shankari Mai Jiew emakumea da. Trailangaren dizipulu baten alaba, swamiaren prestakuntza jaso zuen haurtzarotik. Berrogei urtez bizi izan zen Badrinath, Kedarnath, Amarnath eta Pasupatinath ondoko Himalaiako kobazulo bakarti batzuetan. 1826an jaiotako *brahmacharini* (emakume aszeta) *honek mendeurrena gainditu du orain. Hala ere, itxuraz zahartu gabe, ile beltza, hortz distiratsuak eta energia harrigarria mantendu ditu. Bere bakardadetik ateratzen da urte batzuk igaro ondoren aldizkako mela edo azoka erlijiosoetara joateko* .

Emakume santu honek maiz bisitatzen zuen Lahiri Mahasaya. Kontatu du egun batean, Kalkutatik gertu dagoen Barackpur auzoan, Lahiri Mahasayaren ondoan eserita zegoela, bere guru handia, Babaji, isilean sartu zela gelan eta biekin hitz egin zuela.

Behin, bere maisu Trailangak, ohiko isiltasuna alde batera utzita, Lahiri Mahasaya oso modu nabarmenean ohoratu zuen jendaurrean. Benaresko dizipulu batek aurka egin zion.

"Jauna," bera esan zuen, "zergatik egin zu, bat swami eta bat uko egin, erakutsi halako errespetua ra bat etxe-jabea?"

«Ene seme», erantzun zuen Trailangak, «Lahiri Mahasaya katu jainkotiar baten

antzekoa da, Ama Kosmikoak jarri duen lekuan geratzen dena. Munduko gizon baten papera bete-betean jokatzeko duen bitartean, autoerrealizazio perfektua jaso du, eta horregatik nire gerrikoa ere uko egin diot!»

.....

31-1 : Bat da gogorarazi hemen -ren Miltonen lerroa: "Berak -rako Jainkoa

bakarrik, bera -rako Jainkoa barruan bera." 31-2: Ama agurgarria Benaresen hil

zen 1930ean.

31-3 : Langileak, sinbolizatzen hau bizkarrezurra soka, eramana erritualki egilea ziur aginduak -ren monjeak.

31-4 : Bera zen bat *muni* , bat monje MOE behatzen du *mauna* , espirituala isiltasuna. The Sanskritoa erroa *muni* da antzeko ra Greziera *monos* , "bakarrik, ezkongabea", hortik eratorriak dira ingelesezko *monk*, *monism*, etab. hitzak.

31-5 : *Erromatarrek* 12:19.

31-6 : *Lukas* 19:37-40 .

31-7 : The bizitzak -ren Trailanga eta beste bikaina maisuak gogorarazi gu -ren Jesusen hitzak: "Eta hauek zeinuak izango da jarraitu haiek sinesten dutenak; Barruan nire izena (a Kristo kontzientzia) haiek izango da aktore kanpoan deabruak; haiek izango da hitz egin -rekin berria mihiak; haiek Sugeak hartuko dituzte eskuetan; eta zerbait hilgarria edaten badute ere, ez die kalterik egingo; gaixoen gainean eskuak ezarriko dituzte, eta sendatuko dira." – *Markos* 16:17-18.

KAPITULUA: 32

Rama Da Hazitako -tik The Hilda

"Orain bat ziur gizona zen gaixo, izendatua Lazaro. Noiz Jesus entzun hori, bera esan zuen, Hau gaixotasuna da

ez arte heriotza, baina -rako hau aintza -ren Jainkoa, hori hau Semea -ren Jainkoa baliteke izan glorifikatu horrela." **32- 1**

Sri Yukteswar kristau idatziak azaltzen ari zen goiz eguzkitsu batean bere Serampore ermitaren balkoian. Maisuaren beste dizipulu batzuek gain, ni ere bertan nengoen nire Ranchi ikasle talde txiki batekin.

«Pasarte honetan, Jesusek Jainkoaren Semea deitzen dio bere buruari. Jainkoarekin benetan bat egin arren, hemen egiten duen erreferentziak esanahi inbertsonal sakona du», azaldu zuen nire guruak. «Jainkoaren Semea gizakiarengan dagoen Kristoa edo Jainkozko Kontzientzia da. Inongo *hilkorrek* ezin du Jainkoa goratu. Gizakiak bere Sortzaileari eman diezaiokeen ohore bakarra hura bilatzea da; gizakiak ezin du ezagutzen ez duen Abstrakzio bat goratu. Santuen buruaren inguruko 'gloria' edo zirrikitu hori jainkozko omenaldia egiteko duten *gaitasunaren lekuko sinbolikoa da*».

Sri Yukteswarrek Lazaroren berpizkundearen istorio zoragarria irakurtzen jarraitu zuen. Amaieran, Maisua isiltasun luze batean murgildu zen, liburu sakratua belan gainean zabalik zuela.

«Nik ere antzeko mirari bat ikusteko pribilegioa izan nuen». Nire guruak azkenean hitz egin zuen solemneki. «Lahiri Mahasayak nire lagun bat berpiztu zuen hildakoetatik».

Nire ondoan zeuden mutil gazteek interes biziz irribarre egin zuten. Nire baitan mutil nahikoa nuen, filosofiaz ez ezik, Sri Yukteswarri kontaktzen nion edozein istorioz gozatzeko.

buruz bere zoragarri esperientziak -rekin bere guru.

«Nire lagun Rama eta biok banaezinak ginen», hasi zen Maisua. «Lotsatia eta bakartia zenez, gure guru Lahiri Mahasaya gauerdian eta egunsentian bakarrik bisitatzea aukeratzen zuen, eguneko dizipuluen jendetza falta zenean. Ramaren lagunik hurbilena nintzenez, bere pertzepzio espiritualen aberastasuna askatzen zuen ihesbide espiritual gisa balio izan nion. Inspirazioa aurkitu nuen haren laguntasun idealean». Nire guruaren aurpegia oroitzapenekin leundu zen.

«Rama bat-batean proba gogor baten aurrean jarri zen», jarraitu zuen Sri Yukteswarrek. «Asiako kolera gaixotasuna hartu zuen. Gure maisuak ez zuenez inoiz medikuen zerbitzuei aurka egin gaixotasun larrietan, bi espezialista deitu zituzten. Gizon gaixoari laguntzeko presaka ari nintzela, sakonki otoitz egiten nion Lahiri Mahasayari laguntza eske. Bere etxera joan nintzen presaka eta istorioa negarrez kontatu nion .

"The medikuak dira ikusten Rama. Bera borondatea izan ondo. Nire guru irribarre egin zuen alai.

"Nik itzuli -rekin bat argi bihotza ra nire lagunaren ohe ondoan, bakarrik ra aurkitu bera barruan bat hiltzen estatua.

«'Ezin du ordubete edo bi baino gehiago iraun', esan zidan medikuetako batek etsipen keinu batekin. Berriro ere Lahiri Mahasayara joan nintzen presaka.

«Medikuak gizon kontzientziatsuak dira. Ziur nago Rama ondo egongo dela». Maisuak pozik agurtu ninduen.

"Ramaren etxean bi medikuak joan zirela aurkitu nituen. Batek ohar bat utzi zidan: 'Gure onena egin dugu, baina bere kasua etsigarria da'."

"Nire laguna, hain zuzen ere, hiltzen ari den gizon baten irudia zen. Ez nuen ulertzen nola huts egin zezaketen Lahiri Mahasayaren hitzak egia bihurtzeko, baina Ramaren bizitza azkar gainbehera zihoala ikusteak etengabe gogorarazten zidan: 'Dena amaitu da orain'. Fedearen eta zalantza urdurien itsasoetan horrela astinduta, ahal nuen bezala lagundu nion nire lagunari. Oihuka hasi zen:"

"Yukteswar," korrika egin ra Maisua eta esan bera Ni naiz joan da. Galdetu bera ra bedeinkatu nire gorputza aurretik bere azken errituak.

-rekin hauek hitzak Rama hasperen egin gogor eta eman gora hau mamu. **32- 2**

"Ordubetez negar egin nuen bere maitearen ondoan. Beti isiltasunaren maitalea izanik, orain heriotzaren isiltasun osoa lortu zuen. Beste dizipulu bat sartu zen; etxean geratzeko eskatu nion itzuli arte. Erdi zorabiatuta, nire guruarengana itzuli nintzen."

"Nola da Rama orain? Lahiri Mahasayaren aurpegia zen koroatuta barruan irribarreak.

«Jauna, laster ikusiko duzu nola dagoen», esan nion hunkituta. «Ordu batzuk barru ikusiko duzu bere gorpua, krematoria eraman aurretik». Lehertu eta intziri egin nuen.

"Yukteswar," kontrola zeure burua. Eseri lasai eta meditatu. Nire guru erretiratua sartu *samadhi* . The

arratsaldea eta gaua isiltasun etengabea igaro ziren; alferrik saiatu nintzen barne-lasaitasuna berreskuratzen .

"Egunsentian, Lahiri Mahasayak begirada kontsolatzaile bat bota zidan. 'Ikusten dut oraindik kezkatuta zaudela. Zergatik ez zenuen atzo azaldu Ramari sendagai baten bidez laguntza ukigarria emango niola espero zenuela?' Maisuak rizino olio gordina zuen kopa itxurako lanpara bat seinalatu zuen. 'Bete botila txiki bat lanparatik; jarri zazpi tanta Ramaren ahoan.'"

"Jauna," Ni kexatu zen, bera du izan hilda geroztik atzo eguerdia. -ren zer erabili da hau olio orain?

«'Ez kezkatu; egin eskatzen dizudana'. Lahiri Mahasayaren aldarte alaia ulertezina zen; oraindik ere doluaren agonia baretu gabea nengoen. Olio kantitate txiki bat isuri eta Ramaren etxera abiatu nintzen.

"Lagunaren gorputza zurrun aurkitu nuen heriotzaren atzaparretan. Bere egoera ikaragarriari erreparatu gabe, eskuineko hatzarekin ezpainak ireki nizekion eta, ezkerreko eskuarekin eta kortxoaren laguntzarekin, olio tanta bota nion hortz estutuen gainean."

Zazpigarren tantak bere ezpain hotzak ukitu zituenean, Rama bortizki dardarka hasi zen. Burutik oinetara muskuluak dardarka hasi zitzaizkion, harrituta eseri zen bitartean.

«Lahiri Mahasaya argi-distira batean ikusi nuen», oihu egin zuen. «Eguzkia bezala distiratzen zuen. «Jaiki; utzi loa», agindu zidan. «Zatoz Yukteswarrekin ni ikustera».

"Ia ezin nuen sinetsi nire begiak Rama jantzi eta gaixotasun hilgarri horren ondoren gure guruaren etxera oinez joateko bezain indartsu zegoenean. Han, esker oneko malkoekin, Lahiri Mahasayaren aurrean ahuspeztu zen."

"The maisu zen ondoan bera -rekin algara Bere begiak distira egin zuen -n ni maltzurki.

«'Yukteswar', esan zuen, 'aurrerantzean ez duzu hutsik egingo rizino-olio botila bat zurekin eramateaz! Gorpu bat ikusten duzun bakoitzean, eman olio! Zazpi lanpara-olio tanta Yamaren boterea zapuztuko dute, dudarik gabe!' **32-3**

"Guruji, zu dira barregarri ni. Ni ez egin ulertu; mesedez puntu kanpoan hau natura -ren nire errorea.

«'Bi aldiz esan nizun Rama ondo egongo zela; hala ere, ezin izan zenidan guztiz sinetsi', azaldu zuen Lahiri Mahasayak. 'Ez nuen esan nahi medikuek sendatu ahal izango zutenik; bertan zeudela esan nuen bakarrik. Ez zegoen kausa-loturarik nire

bi adierazpenen artean. Ez nuen medikuengan eragin nahi; haiek ere bizi egin behar dute'. Pozez betetako ahots batean, nire guruak gaineratu zuen: 'Jakín beti agortezina den Paramatman 32-4 edonor senda dezake, medikua izan edo ez .

«'Nire akatsa ikusten dut', onartu nuen damuz. 'Badakit orain zure hitz soilak kosmos osoa loteslea dela'».

Sri Yukteswarrek istorio zoragarria amaitu zuenean, entzule liluratuetako batek galdera bat egin zuen, haur batentzat bi aldiz ulergarria zena.

"Jauna," bera esan zuen, "zergatik egin zure guru erabili rizino olio?"

"Haurra, olio emateak ez zuen inolako esanahirik izan, zerbait materiala espero nuela izan ezik, eta Lahiri Mahasayak gertuko olio aukeratu zuen nire fede handiagoa esnatzeko sinbolo objektibo gisa. Maisuak Rama hiltzen utzi zuen, nik partzialki zalantzan jarri bainuen. Baina jainkoen guruak bazekien dizipulua ondo egongo zela esan zuenez, sendatzea gertatu behar zela, nahiz eta Rama heriotzatik sendatu behar izan, normalean behin betikoa den gaixotasun batetik!"

Sri Yukteswar baztertua hau txiki taldea, eta keinua egin ni ra bat manta eserlekua -n bere oinak.

«Yogananda», esan zuen ezohiko seriotasunez, «jaiotzetik Lahiri Mahasayaren dizipulu zuzenez inguratuta egon zara. Maisu handiak bere bizitza bikaina partzialki bakartuta bizi izan zuen, eta irmoki uko egin zien bere jarraitzaileei bere irakaspenen inguruan edozein erakunde eraikitzeari. Hala ere, iragarpen esanguratsu bat egin zuen.

«Nire heriotzatik berrogeita hamar urte inguru igaro ondoren», esan zuen, «nire bizitza idatziko da Mendebaldeak yogarekiko duen interes sakonagatik. Yogaren mezuak mundu osoa inguratuko du, eta Aita Bakarraren pertzepzio zuzenetik sortzen den gizakien arteko anaitasun hori ezartzen lagunduko du».

«Ene seme Yogananda», jarraitu zuen Sri Yukteswarrek, «zure partea egin behar duzu mezu hori zabaltzeko eta bizitza sakratu hori idazteko».

Lahiri Mahasaya 1895ean hil eta berrogeita hamar urtera iritsi zen, 1945ean, liburu hau amaitu zen urtean. Ezinbestean harritu nau 1945. urteak ere hasiera eman izanak. aro berri bat - energia atomiko iraultzaileen aroa. Buru pentsakor guztiak inoiz baino gehiago bakearen eta anaitasunaren arazo larrietara jotzen dute, indar fisikoaren erabilera jarraituak gizaki guztiak arazoekin batera uxatu ez ditzan beldurrez.

Gizateria eta haren lanak denboraren edo bonben eraginez arrastorik gabe desagertzen diren arren, eguzkiak ez du bere ibilbidean zalantzan jartzen; izarrek beren zaintza aldaezina mantentzen dute. Lege kosmiko ezin da gelditu edo aldatu, eta gizakiak ondo egingo luke harekin harmonian jartzea. Kosmosa boterearen aurka badago, eguzkiak ez badu planeten aurka borrokatzen, baizik eta une egokian erretiratzen bada izarrei beren eragin txikia emateko, zertarako balio du gure ukabil armatuak? Bakea aterako al da hortik? Ez krudelkeriak, baizik eta borondate onak armatzen ditu unibertsoa tendoiak; bakean dagoen gizateriak garaipenaren fruitu amaigabeak ezagutuko ditu, odolaren lurzoruan hazitako

edozein baino gozoagoak.

Nazioen Liga eraginkorra giza bihotzen liga natural eta izengabea izango da. Lurreko atsekabeak sendatzeko beharrezkoak diren sinpatia zabalak eta ikuspegi zorrotza ezin dira gizakiaren aniztasunen gogoeta intelektual hutsetik sortu, baizik eta gizakiaren batasun bakarraren ezagutzatik -Jainkoarekin duen ahaidetasunetik-. Munduko ideal gorena -anaitasunaren bidezko bakea- gauzatze aldera, yoga izan bedi, Jainkozkoarekin pertsonalki harremanetan jartzeko zientzia, denboran zehar lurralde guztietako gizaki guztiengana zabaldu zena.

Indiako zibilizazioa beste edozein baino antzinaagoa den arren, historialari gutxi adierazi dute bere biziraupen nazionalaren balentria ez dela inola ere kasualitatea, baizik eta Indiak belaunaldi guztietan bere gizon onenen bidez eskaini dituen egia betierekoen debozioaren gertakari logiko bat. Izatearen jarraitutasun hutsagatik, aroen aurreko iragankortasun ezagatik -hautsak hartutako jakintsuek benetan esan al diezagukete zenbat diren?- Indiak eman dio denboraren erronkari edozein herriren artean erantzunik onena.

Bibliako istorioa **32-5** Abrahamek Jaunari egindako erreguarena, Sodoma hiria salba zedin, bertan hamar gizon zuzen aurkitzen badira, eta jainkozko erantzunarena: "Ez dut suntsituko hamarrengatik", esanahi berria hartzen du India Babilonia, Egipto eta garaikide izan ziren beste nazio boteretsuen ahanzturatik ihes egin duela ikusita. Jaunaren erantzunak argi erakusten du lurralde bat ez dela bere lorpen materialen bidez bizi, baizik eta gizakiaren maisulanen bidez.

Entzun daitezela berriro jainkozko hitzak, hogeigarren mende honetan, bi aldiz odolez tindatuta, erdi amaitu baino lehen: Ez da desagertzeko gai den naziorik, Epaile Erosgaitzaren begietan handiak diren hamar gizon ekoizteko gai denik. Horrelako konbentzimenduei kasu eginez, India ez da ergela izan denboraren milaka amarruen aurka. Mende guztietan maisu autoerrealizatuek bere lurra santutu dute; Kristoren antzeko jakintsu modernoak, Lahiri Mahasaya eta bere dizipulu Sri Yukteswar bezala, altxatzen dira yogaren zientzia aurrerapen materialak baino garrantzitsuagoa dela aldarrikatzeko, gizakiaren zoriontasunerako eta nazio baten iraupenerako.

Lahiri Mahasayaren bizitzari eta haren doktrina unibertsalei buruzko informazio oso urria agertu da inoiz inprimatuta. Hiru hamarkadaz Indian, Amerikan eta Europan, interes sakon eta zintzoa aurkitu dut haren yoga askatzailearen mezuan; maisuaren bizitzaren idatzizko kontakizun bat, berak iragarri zuen bezala, behar da orain Mendebaldean, non yogi moderno handien bizitzak gutxi ezagutzen diren.

Guruaren bizitzari buruz ingelesez liburuxka txiki bat edo bi baino ez dira idatzi. Biografia bat bengaleraz, *Sri Sri* **32-6** *Shyama Charan Lahiri Mahasaya* 1941ean agertu zen. Nire dizipuluak, Swami Satyanandak, idatzi zuen, urte askotan Ranchiko gure *Vidyalyan acharya (irakasle espiritual)* izan denak . Bere liburuko pasarte batzuk itzuli ditut eta Lahiri Mahasayari eskainitako atal honetan sartu ditut.

Antzinako leinuko brahman familia jainkotiar batean jaio zen Lahiri Mahasaya, 1828ko irailaren 30ean. Bere jaioterria Ghurni herrian izan zen, Nadia barrutian, Krishnagar ondoan, Bengalan. Muktakashiren seme gazteena zen, Gaur Mohan Lahiri ospetsuaren bigarren emaztea. (Bere lehen emaztea, hiru seme jaio ondoren, erromesaldi batean hil zen.) Mutilaren ama haurtzaroan hil zen; gutxi dakigu berari buruz, Shiva jainkoaren deboto sutsua zela izan ezik, **32-7**.

Eskrituretan "Yogien Erregea" bezala izendatua.

Lahiri mutikoa, Shyama Charan izena zuena, bere lehen urteak Nadiako arbasoen etxean eman zituen. Hiru edo lau urte zituela, sarritan ikusten zen hondar azpian yogi baten jarreraren eserita, gorputza burua izan ezik guztiz ezkutatuta zuela.

Lahiri etxaldea 1833ko neguan suntsitu zuten, gertuko Jalangi ibaiak bere ibilbidea aldatu eta Ganges ibaiaren sakonean desagertu zenean. Lahiritarrek sortutako Shiva tenpluetako bat ibaira joan zen familiaren etxearekin batera. Deboto batek Shiva jainkoaren harrizko irudia erreskatatu zuen ur zurrunbilotsuetatik eta tenplu berri batean jarri zuen, gaur egun Ghurni bezala ezagutzen dena.

Shiva Gunea.

Gaur Mohan Lahiri eta bere familia Nadia utzi eta Benaresen bizi ziren, eta han aitak berehala eraiki zuen Shiva tenplu bat. Bere etxea Vediko diziplinaren ildotik gidatu zuen, gurtza zeremoniala, karitate ekintzak eta idatzi santuen azterketa erregularri eginez. Hala ere, justua eta irekia zen, eta ez zuen alde batera utzi ideia modernoek korrante onuragarria.

Lahiri mutikoak hindia eta urdua ikasi zituen Benaresko ikasketa-taldeetan. Joy Narayan Ghosalek zuzendutako eskola batera joan zen, sanskritoaz, bengaleraz, frantsesez eta ingelesez irakatsi zuen. Vedak sakon aztertzen saiatuz, yogi gazteak gogoz entzun zituen brahman ikasien idatzi santuen eztabaidak, tartean Nag-Bhatta izeneko Marhatta pundit bat.

Shyama Charan gazte jator, leun eta ausarta zen, bere lagun guztiek maite zutena. Gorputz ondo proportzionatua, argia eta indartsua zuenez, igeriketan eta trebetasun handiko jarduera askotan bikaina zen.

1846an Shyama Charan Lahiri Srimati Kashi Monirekin ezkondu zen, Sri Debnarayan Sanyalen alabarekin. Indiako etxekoandre eredugarria izanik, Kashi Monik pozik bete zituen bere etxeko lanak eta etxekoandre tradizionalaren betebeharra, gonbidatuak eta pobreak zerbitzatzeko. Bi seme santu, Tincouri eta Ducouri, bedeinkatu zuten batasuna.

1851n, 23 urte zituela, Lahiri Mahasayak kontu-hartzaile kargua hartu zuen Ingalaterrako gobernuaren Ingeniaritza Militarreko Departamentuan. Hainbat igoera jaso zituen bere zerbitzuan zehar. Horrela, ez zen Jainkoaren begien aurrean maisu bat bakarrik izan, baita arrakastatsua ere munduan bulegoko langile gisa eman zitzaion rola betetzen zuen giza drama txikian.

Armadaren Departamentuko bulegoak lekuz aldatu zirenean, Lahiri Mahasaya Gazipur, Mirjapur, Danapur, Naini Tal, Benares eta beste toki batzuetara eraman zuten. Aitaren heriotzaren ondoren, Lahirik bere familiaren ardura osoa hartu behar izan zuen, eta haien etxebizitza lasai bat erosi zuen Benaresko Garudeswar Mohulla auzoan.

Hogeita hamahiru urte zituela ikusi zuen Lahiri Mahasayak lurrean berriro haragitu zen helburua betetzea. Errautes ezkutuko sugarrak, denbora luzez sutan egon zenak, sutan jartzeko aukera izan zuen. Gizakien begiradatik haratago dagoen jainkozko dekretu batek misteriozki lan egiten du gauza guztiak kanpoko agerpena ekartzeko une egokian. Bere handiarekin topo egin zuen. guru, Babaji, Ranikhet ondoan, eta berak *Kriya Yogan hasi zuen*.

Gertaera zoriontsu hau ez zitzaion berari bakarrik gertatu; une zoriontsua izan zen gizateria osoarentzat, eta horietako askok geroago *Kriyaren arima esnatzeko oparia*

*jasotzeko pribilegioa izan zuten. Galdutako edo aspaldi desagertutako yoga arte
gorena berriro argitara ateratzen ari zen. Espiritualki egarri ziren gizon-emakume
askok azkenean Kriya Yogaren ur freskoetarako bidea aurkitu zuten . Hindu
kondairan bezala, non Ganges Amak bere jainkozko edaria eskaintzen dion
Bhagirathi deboto idorrari, Kriyaren zeruko uholdea Himalaiaren gotorleku
sekretuetatik gizakien hauts-lekuetara isuri zen.*

A kolera biktima da maiz arrazionala eta guztiz kontziente eskuin gora ra hau une - :32-2

.ren heriotza. 32-3: Heriotzaren jainkoa

Literalki, "Gorena :32-4

arima." 32-5: *Hasiera* 18:23-

.32

Sri , bat aurrizkia esanahia "santua", da erantsita (orokorrean bi aldiz edo hiru aldiz) ra izenak -ren bikaina Indiarra :32-6

.irakasleak

Jainkotasun hirukoteetako bat -Brahma, Vishnu, Shiva-, zeinaren lan unibertsala, hurrenez hurren, sorkuntza, :32-7
kontserbazioa eta desagite-berrezarpena den. Shiva (batzuetan Siva idatzita), mitologian Uko Egiteen Jauna bezala
irudikatuta, agertzen da barruan ikuspenak ra Bere debotoak azpian hainbat alderdiak, halako bezala Mahadeva, hau
.ile nahasia Aszetikoa, eta Nataraja, Dantzari Kosmikoa

KAPITULUA: 33

Babaji, The Yogi-Kristo -ren Modernoa India

Badrinarayan ondoko Himalaia iparraldeko harkaitzak oraindik ere Babajiren, Lahiri Mahasayako guruaren, presentzia bizia bedeinkatuta daude. Maisu isolatuak bere forma fisikoa mendeetan zehar mantendu du, agian milurtekoetan. Hilezin den Babaji *avatara bat da. Sanskrito hitz honek "jaitsiera" esan nahi du; bere erroak ava* , "behera", eta *tri* , "*pasatu*" dira . Hindu idazkietan, *avatarak* Jainkotasunaren haragizko jaitsiera esan nahi du.

«Babajiren egoera espiritualak giza ulermenetik haratago dago», azaldu zidan Sri Yukteswarrek. «Gizaki nanoen ikuspegiak ezin du bere izar transzendentalera iritsi. Alferrik saiatzeko da avatararen lorpena irudikatzen ere. Pentsaezina da».

Upanishad -ek aurrerapen espiritualaren etapa guztiak zehatz-mehatz sailkatu dituzte. *Siddha bat* ("izaki perfektua") *jivanmukta* egoeratik ("bizirik dagoen bitartean askatua") egoerara igaro da. *paramukta* bat ("goi-goi askea" - heriotzaren gaineko botere osoa); azken hau erabat ihes egin du maien menpekotasuna eta haren berraragitze-txanda. Beraz, *paramukta* gutxitan itzultzen da gorputz fisiko batera; hala egiten badu, avatar bat da, munduari bedeinkapen zerutiarren jainkozko bitartekari izendatua.

Bat avatarra da subjekturik gabeko ra hau unibertsala ekonomia; bere purua gorputza, ikusgai bezala bat argi irudia, da doan

naturarekiko zorrik gabe. Begirada arruntak ez du ezer berezirik ikusiko avatar baten itxuran, baina ez du itzalik proiektatzen ezta oinatzik uzten lurrean. Hauek dira barneko iluntasun eta lotura material faltaren kanpoko froga sinbolikoak. Horrelako Jainko-gizon batek bakarrik daki atzean dagoen Egia bizitzaren eta heriotzaren erlatibotasunak. Omar Khayyamek, hain gaizki ulertuak, gizon askatu honi buruz abestu zuen bere idatzi hilezkorrean, *Rubaiyat-en* :

"Ai, nire Gozamenaren Ilargia, gainbeherarik ezagutzen ez duzuna, Zeruko Ilargia berriro ateratzen ari da; Zenbat aldiz ateratzen den hemendik aurrera Lorategi honetan bertan zehar nire atzetik - alferrik!"

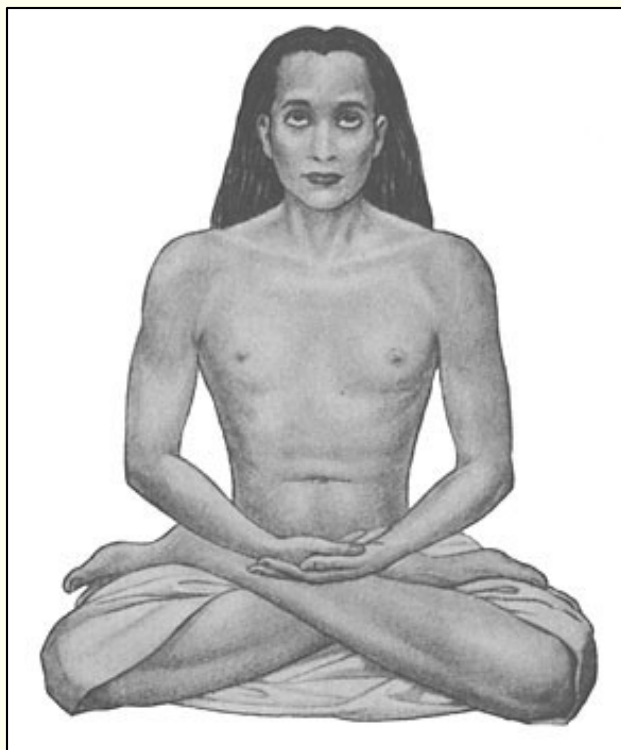
"Gozamenaren Ilargia" Jainkoa da, betiereko Polaris, anakronoa inoiz ez. "Zeruko Ilargia" kanpoko kosmosa da, aldizkako errepikapenaren legeari lotuta. Bere kateak betiko desegin zituen pertsiar ikusleak bere autoerrealizazioaren bidez. "Zenbat aldiz begiratuko dit... alferrik!" Unibertso frenetiko batek erabateko ezabapen baten bilaketa frustragarria!

Kristok bere askatasuna beste modu batean adierazi zuen: «Eta eskribau bat hurbildu eta esan zion: Maisu, jarraituko dizut noranahi zoazen. Jesusek erantzun zion: Azeriek badituzte zuloak, eta zeruko hegaztiek habiak; baina Gizonaren Semeak ez du non etzan burua». **33-1**

Zabala -rekin nonahikotasuna, ahal izan Kristo izan ere izan jarraitua izan ezik barruan hau orokorra Espiritua?

Krishna, Rama, Buda eta Patanjali antzinako Indiako avatarren artean zeuden. Tamil hizkuntzan literatura poetiko handia sortu da Agastyaren inguruan, Hego Indiako avatar baten inguruan. Kristau aroaren aurreko eta ondorengo mendeetan mirari asko egin zituen, eta gaur egun arte bere forma fisikoa mantentzea aitortzen zaio.

Babajiren misioa Indian profetei beren eginkizun bereziak betetzen laguntzea izan da. Horrela, *Mahavatar (Avatar Handia)* sailkatzeko gai da idatzi santuetan . Adierazi du yoga hastapenak eman zizkiola Shankarari, Swami Ordenaren sortzaile zaharrari, eta Kabirri, Erdi Aroko santu ospetsuari. Bere XIX. mendeko dizipulu nagusia, dakigunez, Lahiri Mahasaya izan zen. *Kriya* arte galduaren berpizkundera .



BABAJI, THE MAHAVATAR
Gurua -ren Lahiri Mahasaya

Ni izan lagundu bat artista ra marraztu bat egia antzekotasun -ren hau bikaina Yogi-Kristo -ren modernoa India.

Mahavatar Kristorekin etengabeko elkertasunean dago; elkarrekin erredentzio bibrazioak bidaltzen dituzte, eta aro honetarako salbazio teknika espirituala planifikatu dute. Bi maisu guztiz argiztatu hauen lana -bat gorputzarekin eta bestea gorputzik gabe- nazioei suizidio gerrak, arraza gorrotoak, erlijio sektarismoa eta materialismoaren boomerang gaitzak alde *batera* uzteko inspiratzea da. Babajik ondo ezagutzen ditu garai modernoek joerak, batez ere Mendebaldeko zibilizazioaren eragina eta konplexutasunak, eta yogaren auto-askapena Mendebaldean eta Ekialdean berdin zabaltzearen beharra konturatzen da.

Babajiri buruzko erreferentzia historikorik ez egoteak ez gaitu harritu behar. Guru handia ez da inoiz agertu agerian inongo mendetan; publizitatearen gaizki interpretatzen duen distira ez du lekurik bere milurteko planetan. Sortzailea bezala, Botere bakarra baina isila, Babajik apaltasun ilun batean lan egiten du.

Kristo eta Krishna bezalako profeta handiak lurrera datoz helburu zehatz eta ikusgarri batekin; helburu hori betetzen den bezain laster alde egiten dute. Beste avatar batzuek, Babajik bezala, lana egiten dute... Gizakiaren mendeetan zehar izandako eboluzio-aurrerapen motelaz gehiago kezkatzen dira historiako edozein gertaera nabarmenez baino. Maisu horiek beti ezkutatzen dute beren burua begirada publiko zakarretik, eta ikusezin bihurtzeko ahalmena dute nahi dutenean. Arrazoi hauengatik, eta normalean dizipuluei isiltasuna gordetzeko agindua ematen

dietelako, hainbat figura espiritual garrantzitsu mundu osoan ezezagunak dira. Babajiri buruzko orrialde hauetan bere bizitzaren zantzu bat baino ez dut ematen - publikoki partekatzea egoki eta lagungarritzat jotzen dituen datu batzuk besterik ez.

Ez mugatzailea gertaerak buruz Babajiren familia edo jaioterria, maitea ra hau analistaren bihotza, izan inoiz izan

aurkitu da. Oro har, hindieraz hitz egiten du, baina erraz hitz egiten du edozein hizkuntzatan. Babaji (aita gurtua) izen sinplea hartu du; Lahiri Mahasayaren dizipuluek emandako beste errespetu titulu batzuk Mahamuni Babaji Maharaj (santu extatiko gorena), Maha Yogi (yogi handiena), Trambak Baba eta Shiva Baba (Shivaren avatarren tituluak) dira. Axola al du lurpetik askatutako maisu baten patronimikoa ez jakiteak?

«Babajiren izena errespetuz ahoskatzen duen norbaitek», esan zuen Lahiri Mahasayak, «deboto horrek berehalako bedeinkapen espiritualak erakartzen du».

Hilezin den guruak ez du adinaren zantzurik bere gorputzean; hogeita bost urteko gazte bat baino ez dirudi. Azal argikoa, gorpuzkera eta altuera ertainekoa, Babajiren gorputz eder eta sendoak distira nabarmena irradiatzen du. Begi ilunak, lasaiak eta samurrak ditu; ile luzea eta distiratsua kobre kolorekoa da. Oso datu bitxia da Babajik oso antzekotasun zehatza duela bere dizipulu Lahiri Mahasayarekin. Antzekotasuna hain da deigarria, ezen, bere azken urteetan, Lahiri Mahasaya gazte itxurako Babajiren aitatzat har zitekeen.

Swami Kebalananda, nire santu Sanskritoa tutore, gastatu batzuk denbora -rekin Babaji barruan hau Himalaia.

«Maisu paregabea bere taldearekin batera mendietan leku batetik bestera mugitzen da», esan zidan Kebalanandak. «Bere talde txikian bi dizipulu amerikar oso aurreratu daude. Babajik denbora batez toki batean egon ondoren, hau dio: *'Dera danda uthao'*. (*'Altxa ditzagun gure kanpalekua eta makila'*). Danda sinboliko bat (banbuzko makila) darama. Bere hitzak dira bere taldearekin berehala beste leku batera mugitzeko seinalea. Ez du beti erabiltzen bidaia astralaren metodo hau; batzuetan oinez joaten da gailur batetik bestera».

"Babaji besteek ikusi edo ezagutu dezakete nahi duenean bakarrik. Badakigu..." Hainbat debotoren aurrean agertu zen, batzuetan bizarrik eta biboterik gabe, eta batzuetan haiekin. Bere gorputz usteltzen ez denak ez duenez janaririk behar, maisuak gutxitan jaten du. Bisitan dauden dizipuluekiko adeitasun sozial gisa, noizean behin frutak edo esnetan eta gurin argituan egositako arroza onartzen ditu.

«Babajiren bizitzako bi gertakari harrigarri ezagutzen ditut», jarraitu zuen Kebalanandak. «Gau batean, bere dizipuluak su handi baten inguruan eserita zeuden, Vediko zeremonia sakratu baterako piztuta. Bat-batean, maisuak enbor erretzen ari zen bat hartu eta suaren ondoan zegoen chela baten sorbalda biluzian jo zuen arinki.

"Jauna, nola krudela! Lahiri Mahasaya, MOE zen oraina, egina hau kexa.

«Nahiago zenuke zure begien aurrean erraunts bihurtuta ikustea, bere iraganeko karmaren dekretuaren arabera?»

"Hitz hauekin, Babajik sendatzeko eskua chelaren sorbalda desitxuratuaren gainean jarri zuen. 'Gaur gauean heriotza mingarritik askatu zaitut. Karma legea suaren bidezko sufrimendu arinaren bidez bete da.'"

"Beste behin, Babajiren zirkulu sakratua ezezagun baten etorrerak asaldu zuen. Maisuaren kanpalekutik gertu zegoen ia eskuraezin erlaitzera igo zen trebetasun harrigarritz."

«Jauna, Babaji handia izan behar duzu». Gizonaren aurpegia adieraztezina zen errespetu batez argituta zegoen. «Hilabeteetan etengabe bilatu zaitut amildegilun hauetan. Erregutzen dizut ikasle gisa onar nazazula».

"Noiz hau bikaina guru eginga ez erantzuna, hau gizona zorrotz ra hau harritsu amildegilun bere oinak.

«Ukatzen badidazu, mendi honetatik salto egingo dut. Bizitzak ez du balio gehiago Jainkoarekiko zure gidaritza lortzen ez badut.»

«'Jauzi egin orduan', esan zuen Babajik emoziorik gabe. 'Ezin zaitut onartu zure egungo garapen-egoeran.'»

"Gizona berehala amildegitik behera bota zen. Babajik dizipulu harrituei ezezagunaren gorpua ekartzeko agindu zien. Gorputza zaurituta itzuli zirenean, maisuak bere esku jainkotiarra jarri zuen hildakoaren gainean. Hara! Begiak ireki eta apalki ahuspeztu zen ahalguztidunaren aurrean."

«'Orain prest zaude dizipulu izateko'. Babajik maitasunez irribarre egin zion bere chela berpiztuari. 'Ausardiaz gainditu duzu proba zail bat. Heriotzak ez zaitu berriro ukituko; orain gure artalde hilezkorreko bat zara'. Orduan, ohiko agur hitzak esan zituen: '*Dera danda uthao*'; talde osoa menditik desagertu zen».

Avatar bat nonahi dagoen Espirituan bizi da; berarentzat ez dago karratuaren alderantzizko distantziarik. Beraz, arrazoi bakarrak motibatu dezake Babaji bere forma fisikoa mendez mende mantentzera: gizateriari bere aukeren adibide zehatz bat emateko nahia. Zer ziren? Gizakiak inoiz Jainkotasunaren haragizko zantzurik eman ez balu, bere hilkortasuna gainditu ezin duela dioen engainu maial astunak zapalduta jarraituko luke.

Jesusek hasieratik jakin zuen bere bizitzaren sekuentzia; gertaera bakoitza ez zuen beregatik igaro, ez karma-beharragatik, baizik eta giza gogoetatsuaren goraipamenerako soilik. izakiak. Bere lau berriemaile-dizipuluek —Mateok, Markosek, Lukasek eta Joaneke— drama esanezinaren grabaketa egin zuten ondorengo belaunaldien onerako.

-rako Babaji, halaber, han da ez erlatibitatea -ren iragana, oraina, etorkizuna; -tik hau hasiera bera du bere bizitzako fase guztiak ezagutzen ditu. Hala ere, gizakien ulermen mugatuari egokituz, bere jainkozko bizitzako ekintza asko antzeztu ditu lekuko baten edo gehiagoren aurrean. Horrela gertatu zen Lahiri Mahasayaren dizipulu bat bertan zegoela Babajik gorputz-hilezkortasunaren aukera aldarrikatzeko

unea heldua zela iritzi zionean. Promesa hau Ram Gopal Muzumdarren aurrean eman zuen, azkenean beste bihotz bilatzaile batzuen inspiraziorako ezaguna izan zedin. Handiek beren hitzak esaten dituzte eta gertaeren itxuraz naturala den ibilbidean parte hartzen dute, gizakiaren onerako soilik, Kristok esan zuen bezala: "Aita... banekien beti entzuten nauzula: baina *inguruan dauden pertsonengatik esan dut*, sinetsi dezaten zuk bidali nauzula". **33-2** Zehar

Ranbajpurren egindako bisita Ram Gopalekin, "santu logabearekin", **33-3** Babajirekin izandako lehen topaketaren istorio zoragarria kontatu zuen.

«Batzuetan nire kobazulo isolatutik irteten nintzen Benaresen Lahiri Mahasayaren oinetan esertzeko», esan zidan Ram Gopalek. «Gauerdi batean, bere dizipulu talde batean isilean meditatzen ari nintzela, maisuak eskaera harrigarri bat egin zidan.

"Aharia Gopal, bera esan zuen, joan -n behin ra hau Dasasamedh bainatzea *ghat* ."

"Laster iritsi nintzen leku bakartura. Gaua ilargiaren argiz eta izar distiratsuz distiratsua zen. Pazientziaz isilduta egon ondoren, oinen ondoan nuen harrizko xafla erraldoi batek erakarri zuen nire arreta. Pixkanaka igo zen, lurpeko kobazulo bat agerian utziz. Harria modu ezezagun batean orekan mantendu zen bitartean, emakume gazte eta izugarri eder baten gorputz jantzia kobazulotik airera igo zen. Aureola leun batez inguratuta, poliki-poliki jaitsi zen nire aurrean eta geldirik geratu zen, estasi egoera batean murgilduta. Azkenean mugitu eta leunki hitz egin zuen."

"Mataji naiz, **33-4** " Babajiren arreba. Berari eta Lahiri Mahasayari eskatu diet gaur gauean nire kobazuloan etortzeko, garrantzi handiko gai bat eztabaidatzeko.

"Argi lauso bat azkar flotatzen ari zen Ganges ibaiaren gainean; lumineszentzia bitxia ur opakoetan islatzen zen. Hurbildu eta hurbildu zen, harik eta, itsugarri den distira batekin, agertu zen arte..." Matajiren alboan jarri zen eta berehala kondentsatu zen Lahiri Mahasayaren giza itxuran. Apalki makurtu zen emakume santuaren oinetan.

"Nire nahasmenetik errekuperatu baino lehen, are gehiago harritu nintzen zeruan zehar bidaiatzen ari zen argi mistiko masa bat ikustean. Azkar jaitsiz, zurrumbilo sutua gure taldera hurbildu zen eta gazte eder baten gorputzean materializatu zen, berehala ulertu nuena Babaji zela. Lahiri Mahasayaren antza zuen, desberdintasun bakarra Babajik askoz gazteagoa zirudiela eta ile luzea eta distiratsua zuela zen."

Lahiri Mahasaya, Mataji eta ni guruaren oinetan belaunikatu ginen. Gloria beatifikoaren sentazio etereo batek nire izatearen zuntz guztiak dardararazi zituen bere haragi jainkotiarra ukitu nuenean.

«'Arreba bedeinkatua', esan zuen Babajik, 'nire forma kendu eta Korronte Infinituan murgiltzeko asmoa dut '.

«Zure plana ikusi dut jada, maisu maitea. Gaur gauean zurekin eztabaidatu nahi nuen. Zergatik utzi behar duzu zure gorputza?» Emakume loriatsuak erregutuz begiratu zion.

"Zer? da hau aldea baldin eta Ni higadura bat ikusgai edo ikusezin olatu piztuta hau ozeano -ren nire Espiritua?

"Matajik umore bitxi batekin erantzun zuen. 'Guru hilezkorra, ez badu inolako eraginik, mesedez, ez utzi inoiz zure formari.'" **33-5**

"Izan zaitez hura beraz,' Babaji esan zuen solemneki. Ni borondatea inoiz ez utzi nire fisikoa gorputza. Hori borondatea beti geratu ikusgai

lur honetako pertsona kopuru txiki bati behintzat. Jaunak bere nahia adierazi du zure ezpainen bidez.

"Izaki goren hauen arteko elkarrizketa txundituta entzuten nuen bitartean, guru handiak keinu onbera batekin begiratu zidan."

«Ez izan beldurrik, Ram Gopal», esan zuen, «bedeinkatua zara promesa hilezkor honen eszenan lekuko izateagatik ».

Babajiren ahotsaren melodia gozoa desagertzen zen heinean, haren gorputza eta Lahiri Mahasayarena poliki-poliki lebitatu eta atzera mugitu ziren Ganges ibaiaren gainean. Argi itsugarritzko aureola batek estali zituen haien gorputzak gaueko zeruan desagertzen ziren bitartean. Matajiren gorputza kobazuloraino flotatu eta jaitsi zen; harria... losa berez itxita, palanka ikusezin baten bidez lanean ariko balitz bezala.

"Infinituki inspiratuta, Lahiri Mahasayaren etxera itzuli nintzen. Egunsentian haren aurrean makurtu nintzenean, nire guruak ulermenez irribarre egin zidan."

«'Pozten naiz zuregatik, Ram Gopal', esan zuen. 'Babaji eta Mataji ezagutzeko nahia, askotan adierazi didazun bezala, azkenean betetze sakratu bat aurkitu du'.

"Nire ikaskideek esan zidaten Lahiri Mahasaya ez zela bere oholtzatik mugitu aurreko arratsaldeko lehen orduetatik."

ghatera joan zinenean ', esan zidan chela batek. Lehen aldiz ulertu nuen guztiz egiaz idatzitako bertsoetan, zeinek dioten autoerrealizazioa duen gizon bat bi gorputz edo gehiagotan leku desberdinetan ager daitekeela aldi berean.

«Lahiri Mahasayak geroago lur honen jainkozko plan ezkutuari buruzko puntu metafisiko asko azaldu zizkidan», amaitu zuen Ram Gopalek. «Jainkoak Babaji aukeratu du mundu-ziklo honetan zehar bere gorputzean geratzeko. Aroak etorri eta joango dira - oraindik ere maisu hilezkorra, **33-6**» mendeen drama ikusten, lurreko eszenatoki honetan egongo dira."

Kapitulua 33 Oin-oharrak

.....
. *Mateo* 8:19-20 :33-1

. *Joan* 11:41-42 :33-2

33-3 : The nonahiko yogi MOE behatu hori Ni huts egin du ra arkua aurretik hau Tarakeswar santutegi (kapitulua 13).

33-4 : "Santua Ama." Mataji baita ere du bizi izan zen zehar hau mendeak; bera da ia bezala urrun aurreratu espiritualki bezala bera anaia. Estasian geratzen da Dasasamedh *ghat-etik gertu dagoen lurpeko kobazulo ezkutu batean* .

33-5 : Hau gertakari gogorazten du bat -ren Tales. The bikaina Greziera filosofo irakatsi hori han zen ez aldea artean bizitza eta heriotza. «Orduan, zergatik ez zara hiltzen?», galdetu zuen kritikari batek. «Zergatik ez da axola», erantzun zuen Talesek.

33-6 : "Egiaz, egiaz, Ni esan arte zu, Baldin eta bat gizona gorde nire esaten (gero etengabe barruan hau Kristo Kontzientzia), bera izango da

KAPITULUA: 34

Materializatzen A Jauregia Barruan The Himalaia

"Babajik Lahiri Mahasayarekin izandako lehen topaketa istorio liluragarria da, eta guru hilezinaren ikuspegi zehatza ematen digun gutxietako bat."

Hitz hauek Swami Kebalanandaren istorio zoragarri baten sarrera izan ziren. Lehen aldiz kontatu zidanean, literalki liluratuta geratu nintzen. Beste askotan, nire sanskritozko tutore jatorra konbentzitu nuen istorioa errepikatzeko, eta geroago Sri Yukteswarrek hitz berberetan kontatu zidan. Lahiri Mahasayako bi dizipulu hauek istorio zoragarria zuzenean entzun zuten beren guruaren ahotik.

«Babajirekin izan nuen lehen bilera hogeita hamahiru urte nituela izan zen», esan zuen Lahiri Mahasayak. «1861eko udazkenean Danapurrera bidali ninduten gobernuko kontu-hartzaile gisa Ingeniaritza Militarreko Departamentuan. Goiz batean, bulegoko arduradunak deitu ninduen.

«Lahiri», esan zuen, «telegrama bat iritsi berri da gure bulego nagusitik. Ranikhetera eramango zaituzte, **34-1. armadako postu bat dagoen lekura**». orain ezartzen ari da.'

"Morroi bakarrarekin, 500 miliako bidaia abiatu nuen. Zaldiz eta gurdiz bidaiatuz, hogeita hamar egunetan iritsi ginen Ranikhet-eko Himalaiako tokira. **34-2**"

"Nire bulegoko betebeharrak ez ziren astunak; ordu asko eman nitzakeen mendi zoragarrietan zehar ibiltzen. Zurrumurru bat iritsi zitzaidan santu handiek eskualdea bedeinkatu zutela beren presentziarekin; haiek ikusteko gogo handia sentitu nuen. Arratsalde batean paseatzen ari nintzela, harrituta geratu nintzen urruneko ahots bat nire izena deitzen entzutean. Drongiri mendian gora egiten jarraitu nuen indartsu. Apur bat kezkatuta sentitu nintzen oihanaren gainean iluntasuna erori aurretik nire urratsak berriro agertzeko gai ez nintzela pentsatzean."

"Azkenean, alboetan kobazuloak zituen soilgune txiki batera iritsi nintzen. Harkaitz-ertz batean, irribarretsu zegoen gizon gazte bat zegoen, ongiatorria emateko eskua luzatuz. Harriduraz ohartu nintzen, kobre koloreko ilea izan ezik, nire antz handia zuela."

"Lahiri, zu izan zatoz! The santu zuzenduta ni maitasunez barruan Hindia. Atsedena hemen barruan hau kobazulo. Hori

zen Ni MOE deitua zu.

"Nik sartu bat txukun txiki haitzulo zein edukia hainbat artilezko mantak eta bat gutxi *kamandulus* (eskean ontziak).

"Lahiri, egin zu gogoratu hori eserlekua? The yogi zorrotz ra bat tolestuta manta barruan bat izkina.

«Ez, jauna». Nire abenturaren bitxikeriak txundituta, gaineratu nuen: «Orain joan behar dut, gaua heldu baino lehen. Bihar goizean negoziokak ditut nire bulegoan».

«Santu misteriotsuak ingelesez erantzun zuen: 'Bulegoa zuretzat ekarri da, eta ez zu bulegorako '».

"Txundituta geratu nintzen basoko aszeta honek ez zuela ingelesez bakarrik hitz egiten, baizik eta Kristoren hitzak parafraseatzen ere ikustean." **34-3**

«'Nire telegramak eragina izan duela ikusten dut'. Yogiaren oharra ulertezina egin zitzaidan; galdetu nion zer esan nahi zuen.

"Nik erreferentzia egin ra hau telegrama hori deitua zu ra hauek isolatuta zatiak. Hori zen Ni MOE isil-isilik iradoki nion zure goi-mailako ofizialari Ranikhetera lekualdatzea. Norbaitek gizateriarekin duen batasuna sentitzen duenean, adimen guztiak igorle-estazio bihurtzen dira, eta horien bidez lan egin dezake. —bai—. Astiro gaineratu zuen—. Lahiri, kobazulo hau ezaguna irudituko zaizu, ezta?

Isiltasun nahasi batean nengoela, santua hurbildu eta astiro jo ninduen besoan. kopetan. Bere ukitu magnetikoan, korronte miragarri batek zeharkatu zidan garuna, aurreko bizitzako oroitzapen gozo-haziak askatuz.

«'Gogoratzen dut!' Nire ahotsa erdi itota zegoen pozik zeuden negarrez. 'Nire guru Babaji zara, betidanik izan naizena! Iraganeko eszenak biziki agertzen zaizkit gogoan; hemen, kobazulo honetan, nire azken enkarnazioko urte asko eman nituen!' Oroitzapen esanezinak gainezka ninduela, negarrez besarkatu nituen nire maisuaren oinak.

«Hiru hamarkada baino gehiago daramatzat hemen zure zain, niregana itzultzeko zain!», Babajiren ahotsak zeruko maitasunez oihartzun zuen. «Ihes egin eta itsasoaren olatu nahasien artean desagertu zinen». heriotzaren ondorengo bizitza. Zure karmaren makila magikoak ukitu zintuen, eta desagertu egin zinen! Ni ikusmenetik galdu ninduzun arren, nik ez zintudan inoiz galdu! Aingeru loriatsuak nabigatzen duten itsaso astral distiratsuaren gainetik jarraitu nizun. Ilunpe, ekaitz, asaldura eta argitasunean zehar jarraitu nizun, bere kumeak zaintzen dituen ama txori bat bezala. Zure sabeleko bizitzako giza epea bizi eta haurtxo bat bezala

agertu zinen bitartean, Nire begia beti zugar zegoen. Zure haurtzaroan Nadia hondarren azpian loto-jarreran zure gorputz txikia estaltzen zenuenean, ikusezin nengoen presente! Pazientziaz, hilabetez hilabete, urtez urte, zaindu zaitut, egun perfektu honen zain. Orain nirekin zaude! Hemen duzu zure kobazuloa, garai batean maitea! Beti garbi eta prest mantendu dut zuretzat. Hemen duzu zure *asana santua* - manta, non egunero esertzen zinen zure bihotza Jainkoaz betetzeko! Hemen duzu zure ontzia, zeinetatik... Askotan edan zenuen nik prestatutako nektarra! Ikusi nola mantendu dudana letoizko kopa distiratsuki leundua,

hori zu baliteke edan berriro hortik aurrera! Nire berea, egin zu orain Ulertzen duzu?

«'Nire guru, zer esan dezaket?', marmarratu nuen hautsita. 'Non entzun da inoiz halako maitasun hilezin baten berri?' Luze eta liluragarri begiratu nion nire betiko altxorrari, nire guruari bizitzan eta heriotzan.

«Lahiri, purifikazioa behar duzu. Edan ontzi honetako olioia eta etzan zaitez ibaiertzean». Babajiren jakinduria praktikoa, hausnartu nuen irribarre azkar eta oroigarri batekin, beti zegoen lehen planoan.

"Bere jarraibideei men egin nien. Himalaiako gau izoztua jaisten ari zen arren, berotasun eroso bat, barne-irradiazio bat, nire gorputzeko zelula guztietan taupadaka hasi zen. Harrituta geratu nintzen. Olio ezezagunak bero kosmiko batez hornituta al zegoen?"

"Haize mingotsak inguratzen ninduen iluntasunean, erronka gogor baten oihuka. Gogash ibaiaren uhin hotzek noizean behin nire gorputza laztantzen zuten, harkaitz-ertzean luzatuta. Tigreek uluka egiten zuten gertu, baina nire bihotza beldurrik gabe zegoen; barruan sortutako indar distiratsu berriak babes erasoezinaren ziurtasuna ematen zidan. Ordu batzuk azkar igaro ziren; oroitzapen lausoak..." beste bizitza bateko elementuak nire jainkozko guruarekin elkartzeko egungo eredu distiratsuan ehundu ziren.

"Nire bakarkako gogoetak hurbiltzen ari ziren urratsen hotsak eten zituen. Iluntasunean, gizon baten eskuak astiro lagundu zidan zutik jartzen, eta arropa lehor batzuk eman zizkidan."

"Zatoz, anaia," nire lagun esan zuen. 'The maisu zain zu.

Basoan zehar bidea gidatu zuen. Gau iluna bat-batean urruneko argitasun egonkor batek argitu zuen.

"Ahal da hori izan hau egunsentia? Ni galdetu zuen. 'Zalantzarik gabe hau osoa gaua du ez gaindituta?

«'Gauerdia da'. Nire gidariak barre egin zuen leunki. 'Argi hori urrezko jauregi baten distira da, gaur gauean hemen Babaji paregabeak materializatua. Iragan ilun batean, behin jauregi baten edertasunaz goatzeko nahia adierazi zenuen. Gure maisuak zure nahia asetzen ari da orain, karmaren loturetatik askatuz». **34-4 Honek gaineratu zuen: «Jauregi bikaina izango da gaur gauean *Kriya Yogan* hasteko eszenatokia . Hemen dituzun anaia guztiek ongietorri-kantu bat egiten dute, zure erbestealdi luzearen amaieraz pozik. Hara!».**

"Urrezko jauregi distiratsu zabal bat zegoen gure aurrean. Harribitxi ugariz josita eta lorategi ederren artean kokatuta, paregabeko handitasun ikuskizuna eskaintzen

zuen. Aingeru itxurako santuak ate distiratsuen ondoan zeuden kokatuta, errubien distiraz erdi gorrituta."

Diamanteak, perlak, zafiroak eta esmeraldak, tamaina eta distira handikoak, zeuden txertatuta arku apaingarrietan.

"Nire lagunari jarraitu nion harrera-areto zabal batera. Intsentsu eta arrosen usaina airean zehar hedatzen zen; lanpara ahulek distira koloretsu bat isurtzen zuten. Deboto talde txikiek, batzuk argiak, beste batzuk azal ilunekoak, musikaz kantatzen zuten, edo meditazio-jarreran eserita zeuden, barne-bakean murgilduta. Poztasun bizia zegoen giroan."

«'Gozatu begiekin; gozatu jauregi honen edertasun artistikoaz, zure omenez bakarrik sortu baita'. Nire gidariak irribarre solidarioa egin zuen nik harri durazko oihu batzuk egin nituenean .

«'Anaia', esan nion, 'egitura honen edertasunak giza irudimenaren mugak gainditzen ditu. Mesedez, esadazu bere jatorriaren misterioa.'»

«'Pozik argituko dizut'. Nire lagunaren begi ilunak jakinduriaz distiratzten zuten. 'Egia esan, ez dago ezer azalezin materializazio honetan. Kosmos osoa pentsamendu materializatu bat da'. Sortzailea. Espazioan flotatzen ari den lur-koskor astun hau Jainkoaren amets bat da. Gauza guztiak bere kontzientziaz sortu zituen, gizakiak bere amets-kontzientzian sorkuntza bat bere izakiekin erreproduzitzen eta biziberritzen duen bezala.

"Jainkoak lehenik lurra ideia gisa sortu zuen. Gero bizkortu egin zuen; energia atomoak sortu ziren. Atomoak esfera solido honetan koordinatu zituen. Molekula guztiak Jainkoaren nahiak elkarrekin eusten ditu. Bere nahia erretiratzen duenean, lurra berriro energian desintegratuko da. Energia disolbatuko da." kontzientziara; lurraren ideia objektibotasunetik desagertuko da.

"Amets baten substantzia ameslariaren subkontziente pentsamenduak materializazioan mantentzen du. Kohesio pentsamendu hori esna dagoenean erretiratzen denean, ametsa eta bere elementuak desagiten dira. Gizonak begiak ixten ditu eta amets-sorkuntza bat eraikitzen du, eta esnatzean, ahaleginik gabe desmaterializatzen du. Jainkozko arketipikoaren eredua jarraitzen du. Era berean, kontzientzia kosmikoan esnatzen denean, ahaleginik gabe desmaterializatuko ditu amets kosmikoaren ilusioak."

«'Infinitu dena betetzen duen Borondatearekin bat izanik, Babajik elementuen atomoak dei ditzake edozein formatan konbinatu eta agertzeko. Berehala sortutako urrezko jauregi hau erreala da, lur hau erreala den bezala. Babajik jauregi-etxe hau bere gogotik sortu zuen eta bere atomoak bere borondatearen indarrak elkarrekin eusten ditu, Jainkoak lur hau sortu eta osorik mantentzen duen bezala'. Gaineratu zuen: 'Egitura honek bere helburua bete duenean, Babajik desmaterializatuko du'.

"Nik harri duraz isilik nengoela, nire gidariak keinu zabala egin zuen. 'Jauregi distiratsu hau, bitxiz ederki apaindua, ez da gizakiaren ahaleginaz edo neketsu ateratako urre eta harribitxiekin eraiki. Irmo zutik dago, gizakiarentzat erronka monumentala. **34-5** Babajik egin duen bezala, Jainkoaren semetzat hartzen duen edonork edozein helburu lor dezake bere baitan ezkutatuta dauden botere infinituen bidez. Harri arrunt batek bere baitan gordetzen du energia atomiko izugarriaren sekretua; **34-6** hala ere, hilkorra jainkotasunaren potentzia-iturri bat da oraindik.

"Jakintsuak ondoko mahai batetik diamantez distiratzzen zuen loreontzi dotore bat hartu zuen. 'Gure guru handiak jauregi hau sortu zuen izpi kosmiko aske ugari solidotuz', jarraitu zuen. 'Ukitu loreontzi hau eta bere diamanteak; esperientzia sentsorialaren proba guztiak asetuko dituzte.'"

"Nik aztertu hau loreontzia, eta gairiditu nire eskua gainetik hau leun gelako hormak, lodi -rekin urre distiratsua. Oparo sakabanatuta zeuden bitxi bakoitza errege baten bilduma baten modukoa zen. Sakona gogobetetasuna zabaldu zitzaidan. Bizitzetatik nire subkontzientean ezkutaturako desio murgildu bat

orain joan, zirudien aldi berean pozik eta itzali.

Nire dotore lagunak arku eta korridore apainduetatik ganbera-segida batera eraman ninduen Enperadore baten jauregiaren estiloan aberatski hornituta. Areto erraldoi batera sartu ginen. Erdian urrezko tronua bat zegoen, kolore nahasketa distiratsu bat isurtzen zuten harribitxiz inguratuta. Han, loto jarreran, Babaji gorena eserita zegoen. Zoru distiratsuan belaunikatu nintzen haren oinetan.

«Lahiri, oraindik urrezko jauregi baten amets-desirak asetzen ari zara?» Nire guruaren begiak distira egiten ari ziren. bezala bere propioa zafiroak. 'Esnatu!' Guztiak zure lurreko egarri dira buruz ra izan «Betiko itzalita». Bedeinkapen-hitz mistiko batzuk marmarratu zituen. «Seme, jaiki. Jaso zure hasiera Jainkoaren erreinuan *Kriya Yogaren bidez* ».

"Babajik eskua luzatu zuen; *homa* (sakrifizio) sua agertu zen, fruitu eta loreez inguratuta. Yoga teknika askatzailea jaso nuen aldare sutsu honen aurrean."

"Errituak egunsentian burutu ziren. Ez nuen lo egiteko beharrik sentitu nire extasia egoeran, eta jauregian zehar ibili nintzen, alde guztietatik altxorrez eta *artelan baliotsuz beteta* ."

Lorategi ederretara jaitsi nintzenean, gertu ikusi nituen atzo jauregirik edo loreztatutako terrazarik ondoan ez zuten kobazulo eta mendi-ertz antzu berberak.

"Jauregira berriro sartu nintzen, Himalaiako eguzki hotzean distira zoragarritz, eta nire maisuaren presentzia bilatu nuen. Oraindik tronuan zegoen, dizipulu isil askorekin inguratuta."

"Lahiri, zu dira gose. Babaji gehituta, Itxi zure begiak.

"Berriro ireki nituenean, jauregi liluragarria eta bere lorategi pintoreskoak desagertu egin ziren. Nire gorputza, Babajiren formak eta chela multzoa orain biluzik zeuden eserita..." lurra desagertutako jauregiaren toki zehatzean, harrizko haitzuloen eguzkipeko sarreratik gertu. Gogoratu nuen nire gidariak esan zuela jauregia desmaterializatuko zela, bere sortu zen pentsamendu-esentzian askatutako atomo gatibuak. Harrituta egon arren, konfiantzaz begiratu nion nire guruari. Ez nekien zer espero mirari egun honetan.

«Jauregia sortzeko helburua bete da orain», azaldu zuen Babajik. Lurretik ontzi bat altxatu zuen. «Jarri eskua hor eta jaso nahi duzun janaria».

"Ontzi zabal eta hutsa ukitu bezain laster, *luchi bero frijituz* , curryz eta gozoki arraroz bete zen. Neure buruari lagundu nion, ontzia beti beteta zegoela ikusita. Otordua amaitzean, ingurura begiratu nuen ura bila. Nire guruak aurrean nuen ontzia seinalatu zuen. Hara! janaria..." desagertu zen; haren ordeztu ura zegoen, mendiko erreka batekoa bezain garbia.

«'Hilkor gutxik dakite Jainkoaren erreinuak eguneroko betetzeen erreinua barne hartzen duela', adierazi zuen Babajik. 'Jainkozko eremua lurrekoetara hedatzen da, baina azken honek, ilusiozkoa izanik, ezin du errealitatearen funtsa barne hartu'.

"Maitea gurua, azken gaua zu erakutsi -rako ni hau esteka -ren edertasuna barruan zerua eta lurra! Ni

Desagertutako jauregiaren oroitzapenei irribarre egin nien; ziur aski inongo yogi xume batek ez zuen inoiz Espirituaren misterio gorenetan hasierarik jaso luxu ikusgarriagoko ingurune batean! Lasai begiratu nuen egungo eszenaren kontraste handian. Lur ahula, zeruko sabaia, aterpe primitiboa eskaintzen zuten kobazuloak... dena giro natural dotorea zirudien nire inguruko santu serafikoentzat.

"Arratsalde hartan manta gainean eseri nintzen, iraganeko bizitzako gauzatzeen asoziazioek santututa. Nire jainkozko gurutza hurbildu eta eskua buruaren gainetik pasa zidan. *Nirbikalpa samadhi* egoeran sartu nintzen, zazpi egunez zoriontasunean etengabe egonez. Autoezagutzaren geruza jarraituak zeharkatuz," Errealitatearen erreinu hilezinetan sartu nintzen. Muga engainagarri guztiak desagertu ziren; nire arima guztiz ezarri zen Espiritu Kosmikoaren aldare betierekoan. Zortzigarren egunean nire guruaren oinetan erori eta erregutu nion beti bere ondoan edukitzeko basamortu sakratu honetan.

«'Seme maitea', esan zuen Babajik, ni besarkatuz, 'enkarnazio honetan zure eginkizuna kanpoko eszenatoki batean jokatu behar da. Meditazio bakartiaren bizitza askotan bedetatuak jaio aurretik, orain gizakien munduan nahatu behar duzu .

"Asmo sakon bat zegoen oraingoan nirekin topo egin ez izanaren oinarrian, jadanik gizon ezkondua eta negozio-erantzukizun xumeak izan arte. Alde batera utzi behar dituzu Himalaiako gure talde sekretuan sartzeko pentsamenduak; zure bizitza merkatu jendetsuetan dago, yogi-etxejabe idealaren adibide gisa balioz."

«'Munduko gizon-emakume nahasi askoren oihuak ez dira Handien belarrietan entzun gabe geratu', jarraitu zuen. 'Aukeratu zaituzte *Kriya Yogaren bidez* hainbat bilatzaile sutsuei kontsolamendu espiritualak ekartzeko. Familia-loturek eta munduko betebeharrak astuneki zamapean dauden milioika pertsonen bihotz berria hartuko dute zuek, beraiek bezalako etxejabe batengandik. Gidatu behar diezu ikus dezaten lorpen yogiko gorenak ez daudela familia-gizonarentzat debekatuta. Munduan ere, bere erantzukizunak leialki betetzen dituen yogiak, motibo edo atxikimendu pertsonalik gabe, argitasunaren bide segurua jarraitzen du.

"Ez zaitu behartzen mundua uztera, barrutik dagoeneko hautsi baitituzu karma-lotura guztiak. Ez zara mundu honetakoa, oraindik bertan egon behar duzu. Urte asko geratzen zaizkizu oraindik zure familia, negozio, herritar eta espiritual betebeharrak kontzienteki betetzeko. Jainkozko itxaropenaren hats berri gozo batek zeharkatuko ditu munduko gizonen bihotz idorrak. Zure bizitza orekatutik, ulertuko dute askapena barneko uko egitearen mende dagoela, eta ez kanpokoaren mende."

"Zein urrun zeuden nire familia, bulegoa, mundua, Himalaiako goi-bakardadeetan nire guruari entzuten nionean. Hala ere, egia zorrotza oihuka hasi zen haren hitzetan; bakearen babesleku bedetatu hau uztea onartu nuen otzan. Babajik yoga

arteak gurutik dizipulura transmititzeko arau zurrun zaharren berri eman zidan."

«Eman *Kriya* giltza chela kualifikatuei bakarrik», esan zuen Babajik. «Bilaketan dena sakrifikatzeko zin egiten duenak» -ren hau Jainkotiarra da egoki ra askatu hau azken misterioak -ren bizitza zehar hau zientzia -ren meditazioa.

Kriya artea berpiztuz gizateriari mesede egin diozunez , ez al duzu onura hori handituko dizipulu izateko baldintza zorrotzak lasaituz?' Begiratu nion...

Kriya bilatzaile guztiei komunikatzeko baimena eman diezadazula , nahiz eta hasieran ezin izan barne-ukontza osoa zin egin. Munduko gizon-emakume torturatuak, hirukoitz sufrimenduak jazarrita, **34-7** sustapen berezia behar dute. Baliteke inoiz ez saiatzea askatasunerako bidea *Kriya* hastapena ukatzen bazaie.

«'Hala izan bedi. Jainkozko nahia zure bidez adierazi da'. Hitz soil hauekin, guru errukitsuak mendeetan *Kriya* mundutik ezkutatu zuten babes zorrotzak uxatu zituen. 'Eman *Kriya* dohainik laguntza apalki eskatzen duten guztiei'.

Isilune baten ondoren, Babajik gaineratu zuen: «Errepikatu zure dizipulu bakoitzari *Bhagavad Gitako* promesa bikain hau: “*Swalpamasya Dharmasya, Trayata Mahato Bhoyat*” - «Erlijio honen praktika apur batek ere beldur izugarrietatik eta sufrimendu izugarrietatik salbatuko zaitu». **34-8**

"Hurrengo goizean nire guruaren oinetan belaunikatu nintzenean bere agur bedeinkapena jasotzeko, sumatu zuen nire erresistentzia sakona hura uzteko."

«Ez dago bereizketarik guretzat, maitea semea». Maitasunez ukitu zidan sorbalda. «Non zauden, deitzen didazun bakoitzean, berehala egongo naiz zurekin».

"Bere promesa miragarriak kontsolatuta, eta Jainkoaren jakinduriaren urre berri aurkituaz aberastuta, menditik behera joan nintzen. Bulegoan lankideek ongi etorria eman zidaten, hamar egunez Himalaiako oihanetan galduta nengoela uste izan baitzuten. Laster gutun bat iritsi zen bulego nagusitik . "

34-9 itzuli beharko luke Danapurera «bulegoa», irakurri zen. «Ranikhetera lekualdatzea akats baten ondorioz gertatu zen. Beste gizon bat bidali beharko zen Ranikheteko eginkizunak betetzera».

"Irribarre egin nuen, Indiako txoko urrunenera eraman ninduten gertaeren ezkutuko korronteen inguruan hausnartuz."

Danapurrera itzuli aurretik, egun batzuk eman nituen Moradabad-eko bengalar familia batekin. Sei laguneko talde bat bildu zen ni agurtzeko. Elkarriketa gai espiritualetara bideratu nuenean, nire anfitrioiak triste esan zuen:

"Ai, barruan hauek egunak India da behartsu -ren santuak!

"'Babu'," Ni protestatu bero-bero, -ren ikastaroa han dira oraindik bikaina maisuak barruan hau lurra!

"Suhartasun handiko umore batean, Himalaiako nire esperientzia miragarriak kontatzeko gogoia sentitu nuen. Talde txikia adeitasunez

sinesgaitza zen."

«Lahiri», esan zuen gizon batek lasaitasunez, «zure burua tentsiopean egon da mendiko aire arraro horietan. Amets bat kontatu duzu hau».

"Erretzen -rekin hau ilusioa -ren egia, Ni hitz egin zuen gabe zor pentsatu. Baldin eta Ni deitu bera, nire guru borondatea

agertu eskuin barruan hau etxea.

"Interesa distiratzzen zen begi guztietan; ez zen harritzekoa taldea hain modu arraroan agertutako santu bat ikusteko irrikaz egotea. Erdi nahigabe, gela lasai bat eta bi artilezko manta berri eskatu nituen."

«'Maisua eterretik materializatuko da', esan nion. 'Isilik geratu atearen kanpoaldean; laster deituko dizut.'»

"Meditazio egoeran murgildu nintzen, nire gurua apalki deituz. Ilunpeko gela laster ilargi-argi ahul batez bete zen; Babajiren irudi argitsua agertu zen."

«'Lahiri, txikikeria batengatik deitzen nauzu?' Maisuaren begirada zorrotza zen. 'Egia bilatzaile sutsuentzat da, ez jakin-min hutsalenenentzat. Erraza da sinestea ikusten denean; ez dago ezer ukatzerik orduan.'»

Egia gainsensuala merezi eta aurkitzen dute beren eszeptizismo materialista naturala gainditzten dutenek». Serio gaineratu zuen: «Utzi bakean!».

"Erregutsu erori nintzen haren oinetara. 'Guru santua, badakit nire akats larria egin dudala; apalki barkamena eskatzen dizut. Espiritualki itsututako gogo hauetan fedea sortzeko ausartu nintzen zuri deitzera. Nire otoitzean eskuzabal agertu zarelako, mesedez, ez joan nire lagunei bedeinkapena eman gabe. Sinesgabeak izan arren, behintzat nire baieztapen arraroen egia ikertzeko prest zeuden."

«'Oso ondo; pixka bat geratuko naiz. Ez dut nahi zure hitza zure lagunen aurrean gutxietsia izatea'. Babajiren aurpegia leundu egin zen, baina astiro gaineratu zuen: 'Hemendik aurrera, seme, behar nauzunean etorriko naiz, eta ez beti deitzen nauzunean. **34-10**'

"Isiltasun handia nagusitu zen talde txikian atea ireki nuenean. Beren zentzumenen mesfidantzaz bezala, lagunek manta-eserlekuan zegoen irudi distiratsuari begira geratu ziren."

«'Hau hipnotismo masiboa da!', barre egin zuen gizon batek lotsagabeki. 'Inork ezin zuen gela honetara sartu gure jakintzarik gabe!'"

Babajik irribarrez aurrera egin zuen eta bakoitzari bere gorputzeko haragi bero eta sendoa ukitzeko keinua egin zion. Zalantzak uxatu ondoren, nire lagunak lurrean ahuspeztu ziren damu harriduraz.

"'Ikusi *hauua* **34-11.html**' «Prestatu zaitezte». Babajik eskaera hau egin zuen, banekien, taldeari bere errealitate fisikoa ziurtatzeko. Irina irakiten ari zen bitartean, jainkozko guruak atsegin hitz egin zuen. Handia izan zen Tomas zalantzarri hauen San Paulo deboto bihurtzeko metamorfosia. Jan ondoren, Babajik bakoitza bedeinkatu zigun txandaka. Bat-bateko flash bat izan zen; Babajiren

gorputzeko elementu elektronikoen deskimizatze berehalakoa ikusi genuen, lurrun-argi hedatzaile batean. Maisuaren Jainkoz sintonizatutako borondare-indarrak bere gorputza osatzen zuten eter atomoen gaineko heldulekua askatu zuen; berehala, txinparta bizitroniko txikien bilioiak urtegi infinituan desagertu ziren.

"Rekin nire propioa begiak Ni izan ikusi hau konkistatzaile -ren heriotza. Maitra, **34-12** bat -ren hau taldea, hitz egin zuen

errespetuz. Bere aurpegia eraldatu egin zen duela gutxi esnatu izanaren pozarekin. «Guru gorenak denborarekin eta espazioarekin jolasten zuen, haur batek burbuilekin jolasten duen bezala. Zeruaren eta lurraren giltzak dituen bat ikusi dut».

"Laster itzuli nintzen Danapurrrera. Espirituan sendo ainguratuta, berriro ere etxejabe baten negozio eta familia betebeharrak ugari hartu nituen bere gain."

Lahiri Mahasayak Swami Kebalananda eta Sri Yukteswarri ere kontatu zien Babajirekin izandako beste bilera baten istorioa, guruaren promesa gogorarazten zuten egoeretan: "Behar nauzuenean etorriko naiz".

«Eszena Allahabaden *Kumbha Mela bat zen* », esan zien Lahiri Mahasayak bere dizipuluei. «Nire bulegoko betebeharrak oporraldi labur batean joan nintzen hara. Monjeen artean ibiltzen nintzen bitartean...» eta jaialdi santura joateko urrutitik etorritako sadhuak, errautsez zikindutako aszeta bat ikusi nuen, eske-ontzi bat eskuan zuela. Gizona hipokrita zela pentsatu nuen, jantzita hau kanpora sinboloak -ren uko egitea gabe bat dagokion barrurantz grazia.

"Aszetaren ondotik pasa bezain laster, nire begirada harritua Babajirengan erori zen. Ile nahasiak zituen anakoreita baten aurrean belaunikatuta zegoen."

"Guruji! Ni bizkortu ra bere alboan. Jauna, zer dira zu egiten hemen?"

«'Uko egin dion honen oinak garbitzen ari naiz, eta gero sukaldeko tresnak garbituko dizkiot.' Babaji. Haur txiki bat bezala irribarre egin zidan; banekien inor ez kritikatzeari nahi zuela iradokitzen, Jauna gorputz-tenplu guztietan berdin bizi dela ikustea baizik, gizaki gorenaren edo behekoengan izan. Guru handiak gaineratu zuen: «Sadhu jakintsu eta ezjakinei zerbitzatuz, bertute handiena ikasten ari naiz, Jainkoari beste guztien gainetik atsegina dena: apaltasuna».

.....
34-1 : Orain bat militarra sanatorio. Egilea: 1861ean hau Britainiarra Gobernua izan dagoeneko ezarri zuten komunikazio telegrafikoak .

34-2 : Ranikhet, barruan hau Almora barrutia -ren Batuk Probintziak, da kokatua -n hau oin -ren Nanda Devi, hau altuena Himalaiako gailurra (25.661 oin) Britainiar Indian.

34-3 : "The sabat zen egina -rako gizona, eta ez gizona -rako hau larunbata."- *Mark* 2:27.

34-4 : The karmikoa legea eskatzen du hori bakoitza gizaki nahi aurkitu azken betetzea. Nahia da horrela hau kate zein lotzen du gizona berrargizatzeko gorpilera.

34-5 :

Zer? da bat Miraria? - Hori da bat"
errieta, 'Tis bat inplizitu satira
.
«piztuta gizateria

34-6 : The teoria -ren hau atomikoa egitura -ren kontua zen azalduta barruan hau antzinako Indiarra *Vaisesika* eta *Nyaya* tratatuak. "Badago dira zabala munduak guztiak jarrita urrun barruan hau zuloak -ren bakoitza atomo, anitz bezala hau partikulak barruan bat eguzki izpia." - *Yoga Vasishtha*.

34-7 : Fisikoa, mentala, eta espirituala sufrimendua; agerian geratu zen, hurrenez hurren, barruan gaixotasuna, barruan psikologikoa gabeziak edo "konplexuetan", eta arimaren ezjakintasunean.

34-8 : Kapitulu II:40.

34-9 : A herri gertu Benares.

34-10 : Barruan hau bidea ra hau Infinitua, berdin argizatuta maisuak bezala Lahiri Mahasaya maiatza sufritu -tik bat gehiegizko -ren grina, eta menpe egon ra diziplina. Barruan hau *Bhagavad Gita* , gu irakurri asko pasarteak non hau jainkotiar guru Krishna ematen du zigorra debotoen printzeari, Arjunari.

34-11 : A porridge egina -ren krema -ren garia frijitu barruan gurina, eta egosi -rekin esnea.

34-12 Lahiri Mahasayak hemen aipatzen duen Maitra gizona oso aurreratua bihurtu zen autoerrealizazioan ondoren. Ni ezagutu Maitra laster ondoren nire graduazio -tik altua eskola; bera bisitatu hau Mahamandal ermita barruan Benaresen, ni egoiliar nintzela. Orduan kontatu zidan Babajiren materializazioaz Moradabadeko taldearen aurrean. "Mirariaren ondorioz", azaldu zidan Maitrak, "Lahiri Mahasayaren bizitza osoko dizipulu bihurtu nintzen".

KAPITULUA: 35

The Kristoren antzekoa Bizitza -ren Lahiri Mahasaya

«Horrela dagokigu zuzenbide guztia betetzea». **35-1** Joan Bataiatzaileari zuzendutako hitz hauetan, eta Joani bataiatzeko eskatzean, Jesusek bere guruaren jainkozko eskubideak aitortzen ari zen.

Bibliaren azterketa errespetutsu batetik, ekialdeko ikuspuntutik, **35-2** eta intuiziozko pertzepziotik, konbentzitura nago Joan Bataiatzailea, iraganeko bizitzetan, Kristoren gurua izan zela. Biblian pasarte ugari daude, non ondorioztatzen den Joan eta Jesus, azken enkarnazioetan, hurrenez hurren, Elias eta bere dizipulu Eliseo zirela. (Hauek dira Itun Zaharreko ortografiak. Grezierazko itzultzaileek izenak Elias eta Eliseo bezala idatzi zituzten; Itun Berrian berriro agertzen dira forma aldatu hauetan.)

Itun Zaharraren amaieran Elias eta Eliseoren berraragitzearen iragarpena dago: "Hara, Elias profeta bidaliko dizuet Jaunaren egun handi eta beldurgarria iritsi baino lehen". **35-3** Horrela, Joan (Elias), "Jaunaren etorreraren aurretik" bidalia, zertxobait lehenago jaio zen. Kristoren heraldo gisa jarduteko. Aingeru bat agertu zitzaion Zakarias aitari, etorriko zen bere seme Joan Elias (Elias) izango zela deklaratzeko.

"Baina hau aingeru esan zuen arte bera, Beldurra ez, Zakarias: -rako zure otoitza da

entzun; eta zure emaztea Elisabet

izango da hartz zu bat semea, eta zu izango da deitu bere izena Joan. Eta asko -ren hau haurrak -ren Israel

Jaungoikoarengana bihurtuko al da? Eta haren aurrean joango da **35-4** *Eliasek espiritu eta boterean*, aiten bihotzak seme-alabengana bihurtzeko eta desobedienteak zuzenen jakinduriara; Jaunarentzat prestatua den herri bat prestatzeko». **35-5** Jesusek bi aldiz argi eta garbi identifikatu zuen Elias (Elias) Joan bezala: "Elias etorri da jada, eta ez zuten ezagutu.Orduan, ikasleek ulertu zuten Joan Bataiatzaileaz hitz egin ziela». **35-6** Berriz ere, Kristok dio: «Izan ere, profeta guztiek eta legeak Joan arte profetizatu zuten. Eta onartu nahi baduzue, hau da etortzekoa zen Elias». **35-7** Noiz Joan ukatua hori bera zen Elias (Elias), **35-8** bera esan nahi zuen hori barruan hau apal Joanen jantziarekin ez zen gehiago Elias guru handiaren kanpoko gorenean etorri. Aurreko enkarnazioan bere aintzaren "mantua" eta bere aberastasun espirituala eman zion bere dizipulu Elisari. "Eta Elisek esan zuen: Otoitz egiten dizut, utzi zure espirituaren zati bikoitza nire gainean. Eta esan zuen: Gauza zaila eskatu duzu: hala ere, ikusten banauzu zuregandik eramaten nauzunean, hala izango zaizu" zu... Eta Eliasi erori zitzaion *mantua hartu zuen*». **35-9**

Rolak alderantzikatu egin ziren, Elias-Joan ez baitzen gehiago beharrezkoa Eliseo-Jesusen guru itxurazkoa izatea, orain jainkozko errealizazioan perfektionatua baitzen.

Kristo mendian transfiguratu zenean **35-10** Bere guru Elias izan zen, Moisesekin batera, ikusi zuena. Berriz ere, gurutzean izandako muturreko orduan, Jesusek jainkozko izena oihukatu zuen: " *Eli, Eli, lama sabaktani?* hau da, Jainko maitea, Jainko maitea, zergatik utzi nauzu?". Han zeuden batzuek, hori entzun zutenean, esan zuten: "Gizon honek Elias deitzen du.Ikus dezagun ea Eliasek..." borondatea etorri ra gorde bera." **35-11**

Joan eta Jesusen artean existitzen zen guru eta dizipulu lotura betierekoa Babaji eta Lahiri Mahasayarentzat ere bazegoen. Maitasun samurrez, guru hilezinak bere chelaren azken bi bizitzen artean zebiltzan Letheoko uretan igeri egin zuen, eta haurrak eta gero gizonak emandako urratsak gidatu zituen Lahiri Mahasaya. Dizipuluak hogeita hamahiru urte bete zituen arte ez zuen Babajik une egokia zela ikusi inoiz hautsi ez zen lotura irekia berrezartzeko.

Gero, Ranikhet ondoan izandako bilera labur baten ondoren, maisu altruistak bere dizipulu maitea mendi talde txikitik kanporatu zuen, kanpoko munduko misio baterako askatuz. "Seme, behar nauzun bakoitzean etorriko naiz". Zein maitale hilkorrek eman diezaioke promesa infinitu hori?

Gizarte orokorrarentzat ezezaguna zen arren, Benaresko txoko urrun batetik berpizkunde espiritual handi bat hasi zen isurtzen. Loreen usaina ezin den bezala isilarazi, Lahiri Mahasayak, etxe-jabe ideal gisa lasai biziz, ezin izan zuen bere

aintza naturala ezkutatu. Poliki-poliki, Indiako txoko guztietatik, erle debotoek maisu askatuaren nektar jainkotiarra bilatu zuten.

Ingeles bulegoko superintendentea izan zen bere langilearengan aldaketa transzendental bitxi bat nabaritu zuen lehenengoetakoa, eta maitagarriki "Ecstatic Babu" deitzen zion.

«Jauna, triste zaudela dirudi. Zer da arazoa?» Lahiri Mahasayak galdera solidario hau egin zion goiz batean bere nagusiari.

"Nire emaztea barruan Ingalaterra da kritikoki gaixo. Ni naiz urratuta egilea antsietatea".

«Berriren berri emango dizut». Lahiri Mahasaya gelatik irten eta denbora labur batez leku isolatu batean eseri zen. Itzuli zenean, irribarre kontsolatzaile bat egin zuen.

«Zure emaztea hobetzen ari da; orain gutun bat idazten ari zaizu». Yogi orojakileak gutunaren zati batzuk aipatu zituen.

"Babu ekaiztsua, badakit ez zarela gizon arrunta. Hala ere, ezin dut sinetsi, nahi duzunean, denbora eta espazioa uxatu ditzakezunik!"

Azkenean iritsi zen agindutako gutuna. Harrituta geratu zen superintendenteak ikusi zuen ez zuela soilik bere emaztearen sendatzearen berri ona jasotzen, baita aste batzuk lehenago Lahiri Mahasayak errepikatu zituen esaldi berberak ere.

Emaztea Indiara joan zen hilabete batzuk geroago. Bulegora bisitatu zuen, non Lahiri Mahasaya lasai eserita zegoen bere mahaian. Emakumea errespetuz hurbildu zitzaion.

«Jauna», esan zuen, «zure gorputza zen, argi loriatsuz inguratuta, duela hilabete batzuk Londresen gaixorik nengoela ikusi nuena. Une hartan guztiz sendatu nintzen! Handik gutxira, Indiarako ozeano-bidaia luzea egiteko gai izan nintzen».

Egunero, deboto bat edo bik *Kriya hastapena eskatzen zioten guru bikainari. Espiritual betebeharrak horiez gain, eta bere negozio eta familia bizitzako betebeharrez gain, maisu handiak hezkuntzan interesa piztu zuen. Ikasketa talde asko antolatu zituen, eta Benaresko Bengalitola auzoko institutu handi baten hazkundean parte hartu zuen modu aktiboan. Eskriturei buruzko bere ohiko hitzaldiei "Gita Batzarra" deitu zitzaion, eta egia bilatzaile askok gogoz parte hartzen zuten.*

Jarduera anitz hauekin, Lahiri Mahasayak erronka arrunt honi erantzuten saiatu zen: "Norberaren negozio eta gizarte betebeharrak bete ondoren, non dago denbora meditazio debozionalerako?" Etxejabe-guru handiaren bizitza orekatua milaka bihotz zalantza korren inspirazio isila bihurtu zen. Soldata xume bat besterik ez irabaziz, aurrezlea, apala, guztientzat eskuragarria, maisuak naturaltasunez eta zoriontsu jarraitu zuen munduko bizitzaren bidean.

Gorenaren eserlekuan kokatuta egon arren, Lahiri Mahasayak errespetua erakusten zien gizaki guztiei, haien merituak gorabehera. Bere debotoek agurtzen zutenean, txandaka makurtu egiten zitzaion.

Haur baten apaltasunez, maisuak sarritan ukitzen zituen besteen oinak, baina gutxitan uzten zien antzeko ohorea egiten, nahiz eta guruarekiko halako erreberentzia antzinako oriental bat izan. ohitura.

Lahiri Mahasayaren bizitzako ezaugarri esanguratsu bat *Kriya* hastapenaren oparia izan zen, edozein lekutakoei eman ziena. fedea. Ez hinduistak bakarrik, musulmanak eta kristauak ere izan ziren bere dizipulu nagusien artean. Monistak eta dualistak,

fede guztietakoak edo fede finkaturik ez zutenak, inpartzialki hartzen eta irakasten zituen guru unibertsalak. Bere chela aurreratuenetako bat Abdul Gufoor Khan izan zen, Mahomedarra. Ausardia handia erakusten du Lahiri Mahasayaren aldetik, goikastako brahmana izan arren, bere garaiko kasta-fanatismo zurruna desegiten ahalegindu izanak. Mota guztietakoak bizitza aurkitu aterpe azpian hau masterra nonahiko hegoak. Atsegin dut guztiak Jainkoak inspiratuta profetak, Lahiri

Mahasaya eman berria itxaropena ra hau baztertuak eta zapaldutako -ren gizartea.

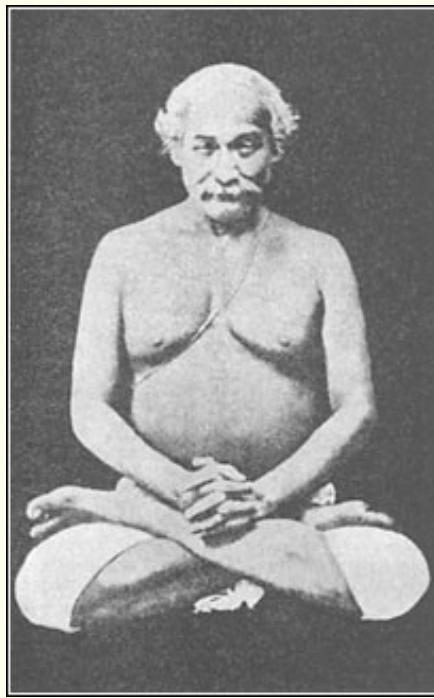
"Gogoratu beti inorena ez zarela, eta inor ez dela zurea. Gogoratu hori egunen batean." bat-batean mundu honetako guztia utzi beharko duzu, beraz, egin Jainkoaren ezagutza orain", esan zien guru handiak bere dizipuluei. "Presta zaitezte datozen heriotzaren astral bidaiarako, egunero Jainkoaren pertzepzioaren globoan ibiliz. Engainuaren bidez, haragi eta hezur sorta gisa hautematen ari zara zeure burua, eta gehienez ere arazoen habia bat da. **35-12** Meditatu etengabe, zeure burua Esentzia Infinitu gisa azkar ikus dezazun, miseria mota guztietatik libre. Utzi gorputzaren preso izateari; Kriyaren giltza sekretua erabiliz , ikasi Espiritura ihes egiten.

Kriyaren izaera inklusiboa azpimarratuz, askapen teknika praktiko gisa, Lahiri Mahasayak bere chelei askatasuna eman zien beren bizitzak ingurunearekin eta heziketarekin bat etorritz adierazteko.

Musulman batek bere *namaj* **35-13 egin beharko luke.** «Egunean lau aldiz gurtu», adierazi zuen maisuak. «Egunean lau aldiz eseri beharko litzateke hindu batek meditazioan. Kristau batek egunean lau aldiz belauniko jarri beharko luke, Jainkoari otoitz egin eta gero Biblia irakurri».

Bhakti (debozio), *Karma* (ekintza), *Jnana* (jakinduria) edo *Raja* (errege edo osotasun) *Yogaren* bideetatik gidatu zituen , bakoitzaren joera naturalen arabera. Maisuak, monje-bide formalean sartu nahi zuten debotoei baimena emateko motela zenak, beti aholkatzen zien lehenik bizitza monastikoaren austeritateak ondo hausnartzeko.

Guru handiak bere dizipuluei irakatsi zien idatzi santuen eztabaida teorikoak saihesteko. "Bera bakarrik da jakintsua" MOE eskaintzen du bera ra konturatzen, ez irakurtzen bakarrik, hau antzinako errebelazioak", bera esan zuen. "Konpondu zure arazo guztiak meditazioaren bidez. **35-14**" Trukatu espekulazio erlijioso errentagarriak gabekoak Jainkoarekin benetako kontaktuagatik. Garbitu zure gogoa hondakin teologiko dogmatikoetatik; utzi sartzen freskotasun eta sendagarritasunarekin. pertzepzio zuzenaren urak. Konektatu barne-gidaritza aktiboarekin; Jainkozko Ahotsak du bizitzako dilema guztien erantzuna. Gizakiak arazoetan sartzeko duen asmamena badirudi ere amaigabea izateko, Laguntza Infinitua ez da baliabide gutxiagokoa."



LAHIRIK MAHASAYA
Dizipulua -ren Babaji
eta Gurua -ren Sri Yukteswar

Maisuaren omnipresentziak egun batean erakutsi zuen *Bhagavad Gitaren azalpena entzuten ari ziren dizipulu talde baten aurrean. Kutastha Chaitanyaren edo Kristoren Kontzientziaren* esanahia azaltzen ari zela bibrazio-sorkuntza guztian, Lahiri Mahasayak bat-batean arnasa hartu eta oihu egin zuen:

"Nik naiz itotzea barruan hau gorputzak -ren asko arimak itzalita hau kostaldea -ren Japonia!"

Hurrengo goizean, chelak egunkari bateko berri bat irakurri zuten, aurreko egunean Japoniatik gertu itsasontzia hondoratu zitzaien pertsona askoren heriotzaren berri emanez.

Lahiri Mahasayaren dizipulu urrunak sarritan konturatzen ziren haren presentzia inguratzailiaz. "Beti nago *Kriya praktikatzen dutenekin* ", esan zien kontsolatzaile gisa haren ondoan egon ezin ziren chelei. "Zuen pertzepzio zabalagoen bidez Etxe Kosmikora gidatuko zaituztet".

Swami Satyanandari deboto batek esan zion Benaresera joan ezin izan arren, gizonak *Kriya* hastapen zehatza jaso zuela amets batean. Lahiri Mahasaya agertu zen chelari instrukzioak emateko, haren otoitzen erantzunez.

Dizipulu batek bere munduko betebeharren bat alde batera uzten bazuen, maisuak astiro zuzendu eta diziplinatuko zuen.

«Lahiri Mahasayaren hitzak leunak eta sendagarriak ziren, chela baten akatsez publikoki hitz egitera behartuta egon arren», esan zidan behin Sri Yukteswarrek. Pena handiz gaineratu zuen: «Inongo dizipuluk ez du inoiz gure maisuaren erasoetatik ihes egin». Ezin izan nion barre egiteari eutsi, baina egiazki ziurtatu nion Sri Yukteswarri, zorrotza edo...

ez, bere bakoitza hitz zen musika ra nire belarriak.

Lahiri Mahasayak *Kriya arretaz sailkatu zuen* lau hasiera progresibotan. **35-15** Hiru teknika altuagoak eman zituen debotoak aurrerapen espiritual zehatza erakutsi ondoren bakarrik. Egun batean chela jakin batek, bere balioa behar bezala ebaluatzen ez zela sinetsita, bere iritzia eman zuen atsekabea.

"Maisua," bera esan zuen, "ziur aski Ni naiz prest orain -rako hau bigarren hasiera».

Une horretan atea ireki zen Brinda Bhagat dizipulu xume bat sartzeko. Benaresko postaria zen.

Kriyaren bigarren teknikarentzat ?»

Postari txikiak eskuak gurutzatu zituen erregutuz. "Gurudeva", esan zuen izututa, "ez gehiago hastapenik, mesedez! Nola barneratu ditzaket goi-mailako irakaspenak? Gaur zure bedeinkapenak eskatzera etorri naiz, lehenengo *Kriya jainkotiarrek* hainbesteko mozkorraldiz bete bainau, ezen ezin baititut nire gutunak entregatu!"

«Brinda dagoeneko Espirituaren itsasoan igeri dabil». Lahiri Mahasayaren hitz hauek entzutean, bere beste dizipuluak burua makurtu zuen.

"Maisua," bera esan zuen, "Nik ikusi Ni izan izan bat pobre langilea, aurkitzea akatsa - rekin nire tresnak."

Postariak, heziketarik gabeko gizona zenak, *Kriyaren bidez bere ikuspegia* hainbeste garatu zuen, ezen jakintsuek noizean behin bere interpretazioa bilatzen baitzuten puntu idatzi korapilatsuei buruz. Bekatu eta sintaxiarekiko errugabea izanik, Brinda txikiak ospea lortu zuen aditu jakintsuen artean.

Lahiri Mahasayaren Benaresko dizipulu ugariez gain, ehunka etorri zitzaizkion Indiako urruneko lekuetatik. Berak hainbat alditan bidaiatu zuen Bengalara, bere bi semeen aitaginarreben etxeak bisitatuz. Horrela, haren presentziak bedeinkatuta, Bengala *Kriya talde txikiz bete zen* . Batez ere Krishnagar eta Bishnupur barrutietan, isilpeko deboto askok gaur egun arte meditazio espiritualaren korrante ikusezina mantendu dute.

Kriya jaso zuten santu askoren artean, Benaresko Swami Vhaskarananda Saraswati ospetsua eta Balananda Brahmachari, estatus handiko Deogarh aszeta, aipa daitezke. Denbora batez, Lahiri Mahasayak Benaresko Iswari Narayan Sinha Bahadur Maharajaren semearen tutore pribatu gisa jardun zuen. Maisuaren lorpen espiritualak aitortuz, maharajak, baita bere semeak ere, *Kriya* hastapena bilatu zuten, Jotindra Mohan Thakur Maharajak bezala.

Munduko eragin handiko Lahiri Mahasayaren hainbat dizipuluk *Kriya* zirkulua

publizitatearen bidez zabaldu nahi zuten. Guruak baimena ukatu zion. Benaresko Jaunaren mediku erregeak, chela batek, maisuaren izena "Kashi Baba" (Benaresko Gorenekoa) bezala zabaltzeko ahalegin antolatu bat hasi zuen. **35-16** Berriz ere guruak debekatu egin zuen.

Kriya lorearen usaina naturalki zabaldu dadila, inolako itxurakeriarik gabe», esan zuen. «Bere haziak bihotz espiritualki emankorren lurzoruan errotuko dira».

Maisu handiak ez zuen predikatzeko sistema hartu erakunde moderno baten edo inprentaren bidez, baina bazekien bere mezuaren indarra uholde erresistente baten antzera igoko zela, bere indarrez giza adimenen ertzak gainezka eginez. Debotoen bizitza aldatu eta purifikatuak ziren Kriyaren bizitasun hilezinaren berme *sinpleak* .

Barruan 1886an, hogeita bost urteak ondoren bere Ranikhet hasiera, Lahiri Mahasaya zen erretiratua piztuta bat pentsioa.

35-17 Egunez eskuragarri zegoenez, dizipulu gero eta gehiagok bilatzen zuten.

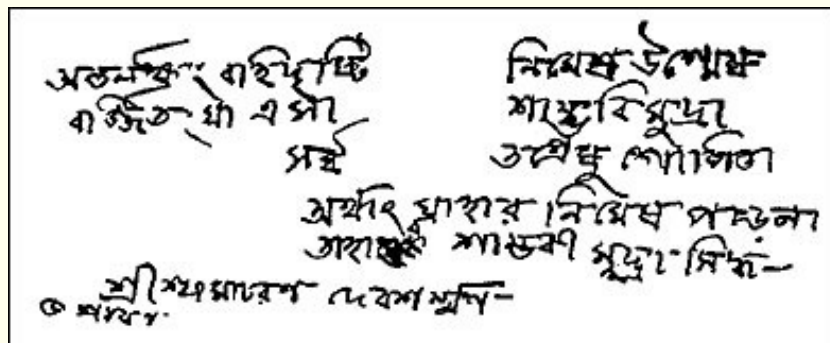
Guru handia isilik egoten zen denbora gehienez, loto-jarrera lasaian harrapatuta.

Gutxitan irteten zen bere egongela txikitik, paseatzera edo etxeko beste leku batzuk bisitatzera ere ez. Chela isil-isilik iristen zen, ia etengabe, guruaren *darshan* (*ikuspegi santua*) bat jasotzera.

Ikusle guztien harridurarako, Lahiri Mahasayaren ohiko egoera fisiologikoak gizagaineko ezaugarriak erakusten zituen: arnasestua, insomnia, pultsuaren eta bihotz-taupadaren etenaldia, orduz begi lasaiak kliskatu gabe, eta bakearen aura sakona. Bisitari bakar batek ere ez zuen espiritua altxatu gabe alde egiten; guztiek zekiten Jainkoaren gizon benetako baten bedeinkapen isila jaso zutela.

Maisuak bere dizipulu Panchanon Bhattacharya-ri "Arya Misio Erakundea" irekitzeko baimena eman zion Kalkutan. Bertan, dizipulu santuak *Kriya Yogaren mezua zabaldu zuen* , eta zenbait belar yogiko prestatu zituen onura publikorako. **35-18** sendagaiak.

Antzinako ohituraren arabera, nagusiak *neem* **35-19 bat ematen zien jendeari, oro har.** hainbat gaixotasun sendatzeko olioia. Guruak dizipulu bati olioia destilatzeko eskatu zionean, erraz bete zezakeen zeregina. Beste inork saiatuko balitz, zailtasun arraroak izango zituen, sendagai-olioa ia lurrundu egin zela ikusiko baitzuen beharrezko destilazio-prozesuak igaro ondoren. Bistan denez hau masterra bedeinkapena zen bat beharrezkoa osagai.



Handwritten text in Devanagari script, likely a signature or a note related to the text. The text is written in black ink on a white background. It appears to be a personal or official note, possibly a signature or a note related to the text. The text is written in a cursive style, typical of handwritten Devanagari.

Lahiri Mahasayaren eskuizkribua eta sinadura, bengaleraz idatzita, goian ageri dira.

Lerroak chela bati zuzendutako gutun batean agertzen dira; maisu handiak sanskritozko bertso bat honela interpretatzen du: "Lortu duenak Betazalak keinu egiten ez dioten lasaitasun egoera batek *Sambhabi Mudra lortu du* ."

"Sri Shyama Txaran Deva Sharman" (sinatuta)

The Arya Misioa Erakundea egin zuen hau argitalpen -ren asko -ren hau guruak eskriturazko

iruzkinak. Jesusek eta beste profeta handiek bezala, Lahiri Mahasayak berak ez zuen libururik idatzi, baina bere interpretazio sakonak hainbat dizipuluk grabatu eta antolatu zituzten. Borondatezko amanuense horietako batzuk beste batzuk baino zorrotzagoak ziren guruaren ikuspegi sakona behar bezala helarazteko orduan; hala ere, oro har, haien ahaleginak arrakastatsuak izan ziren. Haien grinari esker, munduak Lahiri Mahasayak hogeita sei antzinako idatziei buruz egindako iruzkin paregabeak ditu.

Sri Ananda Mohan Lahirik, maisuaren bilobak, liburuxka interesgarri bat idatzi du *Kriyari buruz*. " *Bhagavad Gitaren* testua epopeia handiaren, *Mahabharataren* , *parte da, eta hainbat korapilo-puntu (vyas-kutas)* ditu ", idatzi zuen Sri Anandak.

"Korapilo-puntu horiek zalantzan jarri gabe mantentzen baditugu, ez dugu ezer aurkituko mota berezi eta erraz uler daitezkeen istorio mitologikoak baino.

Mantendu horiek..." korapilo-puntuak azaldu gabe, eta Ekialdeak milaka urteko esperimentu-bilaketa baten ondoren pazientzia gaingizatiarrez gorde duen zientzia bat galdu dugu. **35-20** Lahiri Mahasayaren iruzkinak izan ziren, alegoriarik gabe, erlijioaren zientzia bera argitara atera zutenak, hain trebeki Eskritura Santuetako letren eta irudien enigmatik kanpo utzia izan zena.

Vediko gurtzaren formula esanahigabeak, hitz nahasketa ulertezin hutsa ez direnez, maisuak frogatu du esanahi zientifikoz beteta daudela...

"Badakigu gizakia normalean babesgabe dagoela pasio gaiztoen nagusitasunaren aurrean, baina hauek indargabe bihurtzen dira eta gizakiak ez du inolako motiborik aurkitzen haien indulgentzian *Kriyaren bidez zoriontasun goren eta iraunkorraren kontzientzia sortzen zaionean* . Hemen, amore ematea, pasio baxuagoen ukapena, sinkronizatzen da bereganatze batekin, zoriontasun baten baieztapenarekin.

Horrelako biderik gabe, ezezko hutsean dabiltzan ehunka maxima moral alferrikakoak dira guretzat."

"Munduko jarduerarako dugun irrika horrek miresmen espiritualak hiltzen ditu. Ezin dugu izen eta forma guztien atzean dagoen Bizitza Handia ulertu, zientziak nola egin dezakegun erakusten digulako besterik gabe." erabili naturaren botereak; familiaritate honek bere sekretu gorenekiko mespretxua sortu du. Naturarekiko dugun harremana negozio praktikoa da. Zirikatzen dugu, nolabait esateko, gure helburuetarako nola erabil daitezkeen jakiteko; bere energiak erabiltzen ditugu, zeinen iturria oraindik ezezaguna den. Zientzian, naturarekiko dugun harremana gizon baten eta bere zerbitzariaren artekoa da, edo zentzu filosofiko batean, lekukoak kutxako gatibu bat bezalakoa da. Gurutzatzen diogu, erronka egiten diogu eta bere frogak zehatz-mehatz pisatzen ditugu bere balio ezkutuak neurtu ezin dituzten giza balantzan. Bestalde, nia botere handiago batekin elkartzean dagoenean, naturak automatikoki obeditzen dio, estres edo tentsiorik gabe, gizakiaren nahiari. Naturaren gaineko ahaleginik gabeko aginte horri 'miragarri' deitzen dio materialista ulergaitzak.

Lahiri Mahasayaren bizitzak yoga praktika misterioitsu bat dela dioen ideia okerra

aldatu zuen adibide bat ezarri zuen. Gizaki orok *Kriyaren bidez aurki dezake* naturarekiko duen harreman egokia ulertzeko eta fenomeno guztien aurrean errespetu espirituala sentitzeko, mistikoak edo egunerokoak izan, zientzia fisikoaren gauzatasun hutsa gorabehera. **35-21** Gogoan izan behar dugu duela mila urte mistikoa zena jada ez dela mistikoa, eta orain misterioitsu dena ehun urte barru legez ulergarri bihur daitekeela. Infinitua da, Boterearen Ozeanoa, dagoena. adierazpen guztien atzealdean.

Kriya Yogaren legea betikoa da. Matematika bezala egia da; batuketa eta kenketaren arau sinpleak bezala," hau legea -ren *Kriya* ahal inoiz ez izan suntsitu. Erre ra errauntsak guztiak hau liburuak piztuta matematika,

Logikoki pentsakorrek beti berraurkituko dituzte egia horiek; suntsitu yogari buruzko liburu sakratu guztiak, haren oinarrizko legeak azaleratuko dira benetako yogi bat agertzen denean, bere baitan debozio hutsa eta, ondorioz, ezagutza hutsa duena".

Babaji avatar handien artean dagoen bezala, *Mahavatar bat*, eta Sri Yukteswar *Jnanavatar* edo Jakinduriaren Enkarnazioa, Lahiri Mahasayari ere *Yogavatar* edo Yogaren Enkarnazioa deitu dakioke. Ongizate kualitatibo eta kuantitatibo estandarren arabera, gizartearen maila espiritualala igo zuen. Bere dizipulu hurbilak Kristoren antzeko mailara igotzeko zuen ahalmenari eta egia jendearen artean zabaltzeari esker, Lahiri Mahasaya gizateriaren salbatzaileen artean dago.

Kriyan, duen garrantzi praktikoan datza, yoga askatasunaren ateak lehen aldiz gizaki guztiei irekiz. Bere bizitzako mirariak alde batera utzita, Yogavattarrak *mirari* guztien gailurra lortu zuen yogaren antzinako konplexutasunak... ohiko ulermenetik kanpo ez dagoen sinpletasun eraginkorra.

Mirariei buruz, Lahiri Mahasayak sarritan esaten zuen: "Jendearentzat oro har ezezagunak diren lege sotilen funtzionamendua ez litzateke publikoki eztabaidatu edo argitaratu behar behar den diskriminaziorik gabe". Orrialde hauetan bere ohartarazpen-hitzak baztertu badituz, barne-lasaitasuna eman didalako da. Gainera, Babaji, Lahiri Mahasaya eta Sri Yukteswarren bizitzak grabatzean, komenigarria iruditu zait benetako mirarizko istorio asko ezabatzea, filosofia abstraktuaren azalpen-liburu bat idatzi gabe nekez sartuko zirenak.

Itxaropen berria gizon berrientzat! "Jainkozko batasuna", aldarrikatu zuen *Yogavattarrek*, "auto-ahaleginaren bidez posible da, eta da ez menpeko piztuta teologikoa sinesmenak edo piztuta hau arbitrarioa borondatea -ren bat Kosmikoa Diktadorea".

Kriya giltza erabiliz, inoren jainkotasunean sinetsarazi ezin duten pertsonak azkenean beren buruaren jainkotasun osoa ikusiko dute.

.....
35-1 : *Mateo* 3:15.

35-2 Bibliako pasarte askok agerian uzten dute berraragitzearen legea ulertu eta onartu zela. Berraragitze-zikloak azalpen arrazoizkoagoa dira gizateria aurkitzen den eboluzio-egoera desberdinetarako, Mendebaldeko teoria arrunta baino, zeinak suposatzen baitu zerbait (egoaren kontzientzia) ezerezetik sortu zela, maila desberdinetan existitu zela. -ren lizunkeria -rako hogeita hamar edo laurogeita hamar urteak, eta orduan itzuli ra hau jatorrizko hutsunea. The pentsaezina natura -ren halako hutsunea Erdi Aroko eskola-gizon baten bihotza gozatzeko arazo bat da.

35-3 : *Malakias* 4:5.

35-4 : "Aurretik bera," hau da, "aurretik

hau Jauna." 35-5: *Lk* 1:13-17.

. *Mateo* 11:13-14 :35-7

.*Joan* 1:21 :35-8

. II. *Erregeak* 2:9-14 :35-9

35-10 : *Mateo* 17:3.

35-11 : *Mateo* 27:46-49 .

35-12 : "Nola asko motak -ren heriotza dira barruan gure gorputzak! Ezer ez da bertan baina heriotza." -*Martin Lutero, barruan "Mahai -hizketa."*

35-13 : The buruzagi otoitza -ren hau Mahomadarrak, normalean errepikatuta lau edo bost aldiz egunero.

35-14 : "Bilatu egia barruan meditazioa, ez barruan lizundua liburuak. Begira barruan hau zerua ra aurkitu hau ilargia, ez barruan hau urmaela." - *Persiar esaera zaharra.*

35-15 : Bezala *Kriya Yoga* da gai -ren asko azpisailkapenak, Lahiri Mahasaya jakintsuki bahetuta kanpoan lau urratsak zein bera hauteman ezinbesteko muina zutenak eta benetako praktikan balio handiena zutenak izatea.

35-16 : Beste tituluak eman piztuta Lahiri Mahasaya egilea bere dizipuluak ziren *Yogibar* (handiena -ren yogiak), *Yogiraj* (erregea -ren yogiak), eta *Munibar* (santu handiena), eta *horri Yogavatar* (yogaren enkarnazioa) gehitu diot .

35-17 : Bera izan emanda, guztiz, hogeita hamabost urteak -ren zerbitzua barruan bat saila -ren hau gobernua.

35-18 Belar-ezagutza zabala aurkitzen da antzinako sanskritozko tratatuetan. Himalaiako belarrak gaztetze-tratamendu batean erabili ziren, eta munduaren arreta piztu zuen 1938an, metodoa Pundit Madan Mohan Malaviyan erabili zenean. 77 urteko Errektoreordea -ren Benares Hindua Unibertsitatea. Hara bat nabarmena neurria, hau adierazi jakintsu berreskuratu 45 egunetan osasuna, indarra, memoria eta ikusmen normala berreskuratu zituen; hirugarren hortz-multzo baten zantzuak agertu ziren, eta zimur guztiak desagertu ziren. The belar tratamendua, ezaguna bezala *Kaya Kalpa* , da bat -ren 80 gaztetzea metodoak azaldutako barruan Hindua *Ayurveda* edo zientzia medikoa. Pundit Malaviya Sri Kalpacharya Swami Beshundasjiren eskutik jaso zuen tratamendua, eta honek 1766. urtea jaio zela dio. 100 urte baino gehiago dituela frogatzen duten dokumentuak ditu; *Associated Press*-eko kazetariak adierazi zuten 40 urte inguru zituela zirudiela.

Antzinako hindu tratatuek medikuntza zientzia 8 adarretan banatzen zuten: *salya* (kirurgia); *salakya* (lepoaren gaineko gaixotasunak); *kayachikitsa* (medikuntza egokia); *bhutavidya* (mentala gaixotasunak); *kaumara* (zaintza -ren haurtzarora); *Agada* (toxikologia); *Rasayana* (iraupena); *Vagikarana* (tonikoak). Mediku vedikoek tresna kirurgiko delikatuak erabiltzen zituzten, kirurgia plastikoa erabiltzen zuten, ulertzen zuten medikoa metodoak ra kontra egin hau efektuak -ren pozoia gasa, egin Zesarea atalak eta garuna ebakuntzak egiten zituzten bitartean, trebeak ziren drogen dinamizazioan. Hipokratesek, K.a. V. mendeko mediku ospetsuak, bere materia medica iturri hinduetatik hartu zuen .maileguan

35-19 Ekialdeko Indiako margosa zuhaitza. Bere balio sendagarriak Mendebaldean aitortu dira orain, non *neem mingotsa* azala da erabilia bezala bat tonikoa, eta hau olioia -tik haziak eta fruta du izan aurkitu -ren ahalik eta gehien balio barruan hau tratamendua -ren legenarra eta beste gaixotasun batzuk.

35-20 Indo haraneko aztarnategi arkeologikoetatik induskatu berri diren zigilu batzuk, hirugarren milurtekoan data daitezkeenak K.a., erakutsi irudiak eserita barruan meditaziozko jarrerak orain erabilia barruan hau sistema -ren Yoga, eta agindu judizial hau ondoriozta daiteke garai hartan ere Yogaren oinarri batzuk ezagunak zirela. Ez dugu arrazoirik gabe ondoriozta dezakegu ikasitako metodoen laguntzarekin egindako introspektio sistematikoa bost mila urtez praktikatu dela Indian. India du garatua ziur baliotsu erlijioso jarrerak -ren gogoia eta etikoa nozioak zein dira bakarra, -n gutxienez

bizitzan duten aplikazio zabalean. Horietako bat Mendebaldearentzat harrigarria den sinesmen intelektualaren -doktrina-kontuetan tolerantzia izan da, non mende askotan heresia-ehiza ohikoa izan zen, eta nazioen arteko gerra odoltsuak... sektario lehiakortasunak ziren maiz."-Laburpenak -tik bat artikulua egilea Irakaslea W. Norman Marroia barruan hau Maiatza, 1939an arazo Amerikako Elkarte Ikasketen Kontseiluaren *Buletinarena* , Washington, DC

35-21 : Carlyle-ren Sartor Resartus-en behaketa bat dator hemen gogora : "Harritu ezin den gizona, ohituraz harritzen (eta gurtzen) ez dena, Errege Elkarte ugariren presidentea balitz eta zeramana balitz..." laburpen -ren guztiak

laborategiak eta behatokiak, -rekin haien emaitzak, barruan bere bakarra burua, -da baina bat bikotea -ren

.«betaurrekoak atzean zein han da begirik ez

KAPITULUA: 36

Babajiren Interesa Barruan The Mendebaldea

"Maisu, egin zu inoiz elkartu Babaji?"

Uda gau lasaia zen Serampore-n; tropikoetako izar handiak distira egiten zuten gure buruen gainean, ermitaren bigarren solairuko balkoian Sri Yukteswarren ondoan eserita nengoela.

«Bai». Maisuak irribarre egin zuen nire galdera zuzenari; begiak errespetuz piztu zitzaizkion. «Hiru aldiz bedeinkatu naute hilezin den guria ikusteak. Gure lehen bilera Allahabaden izan zen, *Kumbha Mela batean* ».

Antzinatik Indian egiten diren erlijio-azokak *Kumbha Mela bezala ezagutzen dira* ; helburu espiritualak jendetzaren begi-bistan eduki dituzte etengabe. Hindu debotoak milioika biltzen dira sei urtean behin milaka sadhus, yogi, swami eta mota guztietako aszeta ezagutzeko. Asko ermitak dira, eta ez dira inoiz beren leku ezkutuatik uzten, melasetara joan *eta* munduko gizon-emakumeei bedeinkapenak emateko izan ezik.

«Ez nintzen swami Babaji ezagutu nuenean», jarraitu zuen Sri Yukteswarrek. «Baina *Kriya hastapena jaso nuen jada Lahiri Mahasayarengandik*. 1894ko urtarrilean Allahabaden egitekoa zen *melara* joateko animatu ninduen . *Kumbha baten lehen esperientzia izan zen* ; jendetzaren zarata eta oldarraldiarekin apur bat txundituta geratu nintzen. Inguruko begirada zorrotzetan ez nuen maisu baten aurpegi argiztaturik ikusi. Ganges ibaiertzeko zubi bat igarotzean, ezagun bat gertu zutik ikusi nuen, bere eske-ontzia luzatuta zuela.

«'Ai, azoka hau zarata eta eskaleen kaosa besterik ez da', pentsatu nuen desilusioz. 'Gizateriaren onerako pazientziaz ezagutzaren eremuak zabaltzen dituzten Mendebaldeko zientzialariak ez ote diren Jainkoarentzat atseginagoak erlijioa aldarrikatzen duten baina limosnan zentratzen diren alfer hauek baino' galdetzen diot neure buruari .

"Gizarte erreformari buruzko nire hausnarketa sutan zeudenean, nire aurrean gelditu zen sannyasi altu baten ahotsak eten nituen."

«Jauna», esan zuen, «santu batek

deitzen zaitu». «Nor da?»

"Etorri eta ikusi -rako zeure burua.

"Zalantzaz jarraituz hau lakonikoa aholkua, Ni laster aurkitu neure burua gertu bat
zuhaitz noren adarrak ziren

guru bat dizipulu talde erakargarri batekin babesten. Maisua, irudi distiratsu eta ezohiko bat, begi ilun distiratsuekin, hurbildu nintzenean altxatu eta besarkatu egin ninduen.

«Ongi etorri, Swamiji», esan zuen

maitasunez. «Jauna», erantzun nion

enfatikoki, « *ez naiz swami bat*».

«Jainkoz "swami" titulua emateko agindua eman diedanek ez dute inoiz kentzen». Santuak soilki hitz egin zidan, baina egiaren uste sakona nabaria zen bere hitzetan; berehalako bedeinkapen espiritual olatu batek irentsi ninduen. Irribarrez, antzinako ordena monastikora bat-batean igo nintzela ikusita, **36-1** Giza itxurako izaki handi eta aingerutarraren oinetan makurtu nintzen, ni horrela ohoratu ninduen izakiaren aurrean.

"Babajik —berak baitzen, hain zuzen ere— zuhaitzaren azpian bere ondoan esertzeko keinua egin zidan. Indartsua eta gaztea zen, eta Lahiri Mahasayaren antza zuen; hala ere, antzekotasunak ez ninduen harritu, nahiz eta bi maisuen itxuraren antzekotasun harrigarrien berri askotan izan. Babajik" pertsona baten buruan edozein pentsamendu zehatz sortzea eragozteko boterea du. Argi dago guru handiak nahi zuela ni guztiz naturala izatea bere aurrean, ez haren nortasunaren ezagutzak izutzea.

? Zer? egin zu pentsatu -ren hau *Kumbha Mela*"

«Oso etsita nengoen, jauna», gaineratu nuen bizkor, «Zu ezagutu nuen arte. Nolabait santuak eta iskanbila hau ez dirudite elkarrekin ondo doazenik».

«'Haur', esan zuen maisuak, nahiz eta antza denez bere adinaren ia bikoitza izan, 'askoren akatsengatik, ez epaitu osoa. Lurreko guztia izaera nahasia du, harea eta azukre nahasketa bat bezala. Izan zaitez azukrea bakarrik hartzen duen eta harea ukitu gabe uzten duen inurri jakintsuaren antzekoa. Hemen sadhu asko oraindik engainuan dabilzan arren, mela *Jainkoaren errealizazioaren* gizon gutxi batzuek bedeinkatzen dute '.

"Barruan ikuspegi -ren nire propioa bilera -rekin hau goratu maisu, Ni azkar adostu -rekin bere behaketa.

«Jauna», esan nion, «Mendebaldeko zientzialariengan pentsatzen ari naiz, hemen bildutako jende gehienak baino askoz adimen handiagoa dutenak, Europa eta Amerika urrunetan bizi direnak, sinesmen desberdinak dituztenak eta egungoaren moduko *melaren benetako balioen ezjakinak direnak. Haiek dira*» Indiako maisuekin bilduz asko etekina atera zezaketen gizonak. Baina, lorpen intelektual

handiak izan arren, mendebaldeko asko materialismo gorenarekin lotuta daude. Beste batzuek, zientzian eta filosofian ospetsuak direnek, ez dute erlijioaren funtsezko batasuna aitortzen. Haien sinesmenak gaindiezin diren oztopo gisa balio dute, eta betiko bereizteko mehatxua dute gugandik.

«Mendebaldearekiko zein Ekialdearekiko interesa duzula ikusi dut». Babajiren aurpegia onespenez distiratsu zegoen. «Zure bihotzeko mina sentitu dut, gizaki guztientzat nahikoa zabala, Ekialdekoak edo Mendebaldekoak izan. Horregatik deitu zaitut hona».

«Ekialdeak eta Mendebaldeak jarduera eta espiritualitatearen arteko urrezko erdiko bide bat ezarri behar dute», jarraitu zuen. «Indiak asko du ikasteko Mendebaldearengandik garapen materialean; trukean, Indiak metodo unibertsalak irakatsi ditzake, zeinen bidez Mendebaldeak bere sinesmen erlijiosoak yoga zientziaren oinarri sendoetan oinarritu ahal izango dituen».

«Zuk, Swamiji, zeresana duzu Ekialdearen eta Mendebaldearen arteko truke harmoniatsuan. Urte batzuk barru dizipulu bat bidaliko dizut, Mendebaldean yoga zabaltzeko trebatu ahal izateko. Bertan espirituali bilatzen ari diren arima askoren bibrazioak uholde baten antzera iristen zaizkit. Amerikako eta Europako santu potentzialak ikusten ditut, esnatzeko zain.»»

-n hau puntu barruan bere istorioa, Sri Yukteswar buelta eman bere begirada guztiz piztuta nirea.

«Seme», esan zuen, ilargiaren argitan irribarrez, «duela urte batzuk Babajik bidaliko zidala agindu zidan dizipulua zara».

Pozik nengoen Babajik Sri Yukteswarrengana zuzendu zituela nire urratsak jakitean, baina zaila egiten zitzaidan neure burua Mendebaldeko urrunean irudikatzea, nire guru maitearengandik eta ermita bateko bake xumearengandik urrun.

«Babajik *Bhagavad Gitaz hitz egin zuen orduan* », jarraitu zuen Sri Yukteswarrek. «Harridura handiz, laudoriozko hitz batzuekin adierazi zuen bazekiela *Gita* kapitulu desberdinen interpretazioak idatzi nituela.

«Nire eskariz, Swamiji, mesedez, egin beste zeregin bat», esan zuen maisu handiak. «Ez al duzu liburu labur bat idatziko kristau eta hindu idazkien arteko oinarritzko batasunari buruz? Erakutsi erreferentzia paraleloen bidez Jainkoaren seme inspiratuek egia berdinak esan dituztela, orain gizakien arteko desberdintasun sektarioek ilunduta daudenak».

"Maharaj", **36-2** Ni erantzun lotsati, zer bat agindu! Egin beharko luke Ni izan gai ra bete hori?

"Babajik barre egin zuen leunki. 'Seme, zergatik zalantzan jartzen duzu?', esan zuen lasaitasunez. 'Izan ere, Norena da hau guztia, eta Nor da ekintza guztien Egilea? Jaunak esanarazi didan guztia egia bihurtuko da nahitaez.'"

"Santuaren bedeinkapenek ahaldunduta nengoela uste nuen, eta liburua idaztea onartu nuen. Agurra iritsi zela sentituz, nahi gabe, nire hosto beteko eserlekutik altxatu nintzen."

"Ezagutzen al duzu Lahiri?" **36-3** Maisuak galdetu zuen. «Arima handikoa da, ezta? Kontatu iezaiozu gure bileraren berri». Ondoren, mezu bat eman zidan Lahiri

Mahasayarentzat.

Apalki agur esan ondoren, santuak irribarre atsegina egin zuen. «Zure liburua amaitutakoan, bisita egingo dizut», agindu zidan. «Agur oraingoz».

"Hurrengo egunean Allahabad utzi eta Benareserako trena hartu nuen. Nire guruaren etxera iritsita, santu zoragarriaren istorioa kontatu nion Kumbha *Melan*."

«—Ai, ez al duzu ezagutu?— Lahiri Mahasayaren begiak barre algaraka ari ziren. — Ikusten dut ezin izan zenuela ezagutu, berak eragotzi zizulako. Nire guru paregabea da, zeruko Babaji!»

«'Babaji!' errepikatu nuen, txundituta. 'Yogi-Kristo Babaji! Babaji salbatzaile ikusezin-ikusgarria! Ai, baldin... Iragana gogoratu eta berriro ere haren aurrean egon ninteke, haren lotoari nire debozioa erakusteko. oinak!

"Inoiz ez gogoa," Lahiri Mahasaya esan zuen kontsolatzeko moduan. Berak du agindu ra ikusi zu berriro ere.

«Gurudeva, jainkozko maisuak mezu bat emateko eskatu dit. «Esan Lahiriri», esan zuen, «bizitza honetarako pilatutako indarra agortzen ari dela; ia amaituta dago».»

"Hitz enigmatiko hauek esan nituenean, Lahiri Mahasayaren irudia dardarka hasi zen, tximista-korronte batek ukitu izan balu bezala. Bat-batean, dena isildu egin zen haren inguruan; irribarretsu zegoen aurpegia izugarri zorrotz bihurtu zen. Zurezko estatua bat bezala, bere eserlekuan ilun eta geldirik, bere gorputza..." koloregabetu egin zen. Izututa eta nahastuta nengoen. Nire bizitzan inoiz ez nuen arima alai hau hain grabitate izugarria erakusten ikusi. Bertan zeuden beste dizipuluek kezkatuta begiratu zuten.

Hiru ordu igaro ziren isiltasun osoan. Orduan, Lahiri Mahasayak bere jarrera natural eta alaia berreskuratu zuen, eta maitasunez hitz egin zien chela bakoitzari. Denek arnasa hartu zuten lasaitasunez.

"Nire maisuaren erreakzioari esker konturatu nintzen Babajiren mezua seinale nabarmena izan zela" Lahiri Mahasayak ulertu zuen bere gorputza laster hutsik geratuko zela. Bere isiltasun ikaragarriak frogatu zuen nire guruak berehala kontrolatu zuela bere izatea, mundu materialarekiko azken atxikimendu-soka moztu zuela eta Espirituan betiko bizi den bere identitatera ihes egin zuela. Babajiren oharrak esateko modua izan zen: "Beti egongo naiz zurekin".

"Babaji eta Lahiri Mahasaya orojakileak ziren arren, eta ez zuten elkarren artean nire edo beste bitartekari baten bidez komunikatzeko beharrik, handiek askotan giza dramen parte hartzeko prest daude. Batzuetan, beren profeziak mezularien bidez transmititzen dituzte modu arruntan, beren hitzen azken betetzeak jainkozko fede handiagoa txerta dezan istorioa geroago ikasten duten gizon-talde zabal batean."

«Laster utzi nuen Benares, eta Serampore-n lanean hasi nintzen Babajik eskatutako idatzi santuetan», jarraitu zuen Sri Yukteswarrek. «Nire lana hasi bezain laster, hilezin guruari eskainitako poema bat konposatzeko gai izan nintzen. Lerro melodikoak ahaleginik gabe atera ziren nire lumatik, nahiz eta inoiz ez nuen

sanskrito poesia egiten saiatu.

"Barruan hau isil -ren gaua Ni lanpetuta neure burua gainetik bat konparaketa -ren hau Biblia eta hau idatzi santuak Sanatan *Dharma* . **36-4** Jesus Jaun bedeinkatuaren hitzak aipatuz, erakutsi nuen haren irakaspenak funtsean *Veden* errebelazioekin bat zirela . Nire lasaitasunerako, nire liburua amaitu zen... denbora gutxian; konturatu nintzen bedeinkapen azkar hau nire *Param-Guru-Maharaj*-en graziari zor zitzaiola . **36-5** Kapituluak lehen aldiz *Sadhusambad* aldizkarian agertu ziren; geroago, Kidderpore-ko nire dizipulu batek liburu gisa inprimatu zituen pribatuan.

«Nire literatura ahaleginak amaitu eta biharamunean», jarraitu zuen Maisuak, «Raira joan nintzen» Ganges ibaian bainatzeko Ghat bat etorri zen. Ghat-a hutsik zegoen; geldirik egon nintzen denbora batez, eguzki-bakeaz gozatzen. Ur distiratsuetan busti ondoren, etxerantz abiatu nintzen. Isiltasunean entzuten zen soinu bakarra Gangesez bustitako nire oihalarena zen, urrats bakoitzean kulunkatzen zena. Ibai-ertzetik gertu zegoen baniano handiaren lekutik igarotzean, bulkada indartsu batek atzera begiratzera bultzatu ninduen. Han, banianoaren itzalean, eta dizipulu gutxi batzuek inguratuta, Babaji handia zegoen eserita!

«'Kaixo, Swamiji!' Maisuaren ahots ederrak oihartzun egin zuen ametsetan ez nengoela ziurtatzeko. 'Ikusten dut zure liburua arrakastaz amaitu duzula. Agindu nuen bezala, hemen nago eskerrak emateko.'»

"Bihotza taupaka ari zitzaidala, bere oinetan makurtu nintzen erabat. 'Param-guruji', esan nion erregutuz, 'zuk eta zure chelak ez al duzue nire etxe hurbila ohoratuko zuen presentziarekin?'"

"Guru gorenak irribarrez uko egin zion. 'Ez, haurra', esan zuen, 'zuhaitzen aterpea gustatzen zaigun jendea gara; leku hau nahiko eroso da'."

«'Mesedez, itxaron pixka bat, maisu'. Erregutuz begiratu nion. 'Berehala itzuliko naiz gozoki berezi batzuekin.'»

"Minutu batzuk barru plater jator batekin itzuli nintzenean, hara! baniano jauntxoak ez zuen jada zeruko taldea babesten. Ghat osoan bilatu nuen, baina bihotzean banekien talde txikia jada hego eterikoetan ihes egin zuela."

«Oso minduta nengoen. 'Berriro elkartuko bagina ere, ez nuke berarekin hitz egin nahi izango', ziurtatu nion neure buruari. 'Zail jokatu zuen hain bat-batean uzteagatik'. Maitasun haserrea zen, noski, eta ez besterik.

"Hilabete batzuk geroago, Lahiri Mahasaya bisitatu nuen Benaresen. Bere egongela txikian sartu nintzenean, nire guruak irribarre egin zidan agurtzeko."

«'Ongi etorri, Yukteswar', esan zuen. 'Babajirekin topo egin berri duzu nire gelako atarian?' «'Tira, ez', erantzun nion harrituta.

«'Etorri hona'. Lahiri Mahasayak astiro ukitu ninduen kopetan; berehala ikusi nuen, atearen ondoan, Babajiren forma, loto perfektu baten antzera loratzen.

"Nire mina gogoratu nuen, eta ez nintzen makurtu. Lahiri Mahasayak harriduraz begiratu zidan. "Guru jainkotiarrek begi ulergaitzekin begiratu zidan. 'Nirekin

haserre zaude."

«Jauna, zergatik ez naiz ni izango?», erantzun nion. «Airetik etorri zinen zure magia taldearekin, eta aire mehean desagertu zinen».

«Esan nizun ikusiko zintudala, baina ez nizun esan zenbat denbora geratuko nintzen». Babajik barre egin zuen leunki. «Zirrara bizian zeunden. Ziurtatzen dizut zure ezinegonaren haizeak ia itzali ninduela eterrean».

"Berehala asebate ninduen azalpen itsusi honek. Bere oinetan belaunikatu nintzen; guru gorenak sorbaldan eman zidan adeitasunez."

«'Haurra, gehiago mediatu behar duzu', esan zuen. 'Zure begirada ez da oraindik akatsik gabea; ezin izan nauzu ikusi eguzki-argiaren atzean ezkutatuta'. Zeruko txirula baten ahotsaren hitz hauekin, Babaji ezkutuko distira desagertu zen.

«Benaresera egindako azken bisitetako bat izan zen nire gurua ikusteko», amaitu zuen Sri Yukteswarrek. «Babajik *Kumbha Melan iragarri zuen bezala*, Lahiri Mahasayaren etxe-jabearen enkarnazioa amaitzeaz zegoen. 1895eko udan, bere gorputz sendoari bizkarrean ultzera txiki bat garatu zitzaion. Lantzaketaren aurka protestatu zuen; bere dizipulu batzuen karma gaiztoa bere haragian lantzen ari zen. Azkenean, chela batzuk oso temati agertu ziren; maisuak modu kriptikoan erantzun zuen:

""The gorputza du ra aurkitu bat kausa ra joan Ni borondatea izan atsegina ra edozein dela ere zu nahi ra egin.

"Denbora gutxira, guru paregabeak bere gorputza utzi zuen Benaresen. Ez dut gehiago haren egongela txikian bilatu beharrik; nire bizitzako egun guztiak bedeinkatuta aurkitzen ditut haren gidaritza omnipresenteagatik."

Urte batzuk geroago, Swami Keshabanandaren ahotik, **36-6** dizipulu aurreratu bat izanik, Lahiri Mahasayaren heriotzari buruzko xehetasun zoragarri asko entzun nituen.

«Nire guruak bere gorputza utzi baino egun batzuk lehenago», esan zidan Keshabanandak, «nire aurrean agertu zen Hardwarreko nire ermitan eserita nengoela».

"Etorri -n behin ra Benares. -rekin hauek hitzak Lahiri Mahasaya desagertu egin zen.

"Berehala hartu nuen Benareserako tren. Nire guruaren etxean dizipulu asko aurkitu nituen bilduta. Egun hartan **36-7 orduz...**" Maisuak *Gita azaldu zuen*; gero, besterik gabe, guri hitz egin zigun.

"Nik naiz joango etxera.

"Negarrak -ren angustia hautsi egin zen kanpoan bezala bat ezin ukaezina torrentea.

«'Kontsola zaitez; berriro jaikiko naiz'. Adierazpen honen ondoren, Lahiri Mahasayak hiru aldiz biratu zuen bere gorputza zirkulu batean, iparraldera begira jarri zen loto-jarreran, eta gloriosoki sartu zen azken *maha-samadhian*.

"Lahiri Mahasayaren gorputz ederra, hain maitea debotoentzat, omenaldi solemne batekin erraustu zuten" "Etxejabeen errituak Manikarnika Ghat-en, Ganges santuaren ondoan", jarraitu zuen Keshabanandak. "Hurrengo egunean, goizeko hamarretan, Benaresen nengoela, nire gela argi handi batez blai zegoen. Hara! nire aurrean Lahiri Mahasayaren haragizko eta odoleko forma zegoen! Bere gorputz zaharraren berdina zirudien, gazteagoa eta distiratsuagoa zirudien izan ezik. Nire jainkozko guruak hitz egin zidan.

«'Keshabananda', esan zuen, 'ni naiz. Nire gorputz erraustuaren atomo deseginetatik, birmoldatutako forma bat berpiztu dut. Munduko etxekoandre lana amaitu da; baina ez dut lurra erabat uzten. Hemendik aurrera denbora pixka bat Babajirekin Himalaian eta Babajirekin kosmosean igaroko dut».

"Niri bedeinkapen hitz batzuk esan ondoren, maisu transzendentea desagertu egin zen. Inspirazio zoragarri batek bete zuen nire bihotza; Espirituz goratu nintzen, Kristoren eta Kabirren dizipuluak bezala **36-9**" heriotza fisikoaren ondoren beren guru bizidunak begiratu zituztenean.

«Nire Hardwar ermita isolatura itzuli nintzenean», jarraitu zuen Keshabanandak, «nire guruaren errauts sakratuak eraman nituen nirekin. Badakit espazio-tenporaleko kaiolatik ihes egin duela; nonahikotasunaren txoria askatu da. Hala ere, bihotza lasaitu zidan haren gorpuzki sakratuak gordetzeak».

Beste dizipulu bat, bere guru berpiztua ikusteak bedeinkatua izan zena, Panchanon Bhattacharya santua izan zen, Calcutta Arya Mission Institution-eko sortzailea. **36-10**

Panchanon bisitatu nuen bere Kalkutako etxean, eta atsegin handiz entzun nion maisuarekin igarotako urte askoren istorioa. Amaitzeko, bere bizitzako gertaerarik zoragarriena kontatu zidan.

«Hemen, Kalkutan», esan zuen Panchanonek, «errausketaren ondorengo goizeko hamarretan, Lahiri Mahasaya agertu zitzaidan aurrean, aintza biziz beteta».

Swami Pranabanandak, "bi gorputzeko santuak", bere esperientzia zerukoiairen xehetasunak ere kontatu zizkidan.

«Lahiri Mahasaya bere gorputza utzi baino egun batzuk lehenago», esan zidan Pranabanandak nire Ranchi eskola bisitatu zuenean, «gutun bat jaso nuen berarengandik, Benaresera berehala joateko eskatuz. Atzeratu egin nintzen, ordea, eta ezin izan nintzen berehala joan. Bidaia prestatzen ari nintzela, goizeko hamarrek aldera, bat-batean pozak gainezka egin zidan nire guruaren irudi distiratsua ikustean.

"Zergatik presaka ra Benares? Lahiri Mahasaya esan zuen, irribarrez. Zu izango da aurkitu ni han ez luzeagoa.

"Haren hitzen garrantzia ulertu nuenean, bihotz-hautsirik negar egin nuen, ikuskari batean bakarrik ikusten ari nintzela sinetsita."

"Maisua kontsolatzeko hurbildu zitzaidan. 'Hemen, ukitu nire haragia', esan zidan. 'Bizirik nago, beti bezala. Ez kexatu; ez al nago zurekin betiko?'"

Hiru dizipulu handi hauen ahotik, egiazko istorio miragarri bat sortu da: goizeko hamarretan, Lahiri Mahasayaren gorpua sutara bidali zuten egunean, berpiztutako maisua, benetako baina itxuraldatutako gorputz batean, hiru dizipuluen aurrean agertu zen, bakoitza hiri ezberdin batean.

"Beraz noiz hau ustelgarri izango da izan jarri piztuta ustelkeria, eta hau hilkor izango da izan jarri piztuta

hilezkortasuna, orduan beteko da idatzia dagoen esaldia: Heriotza garaipenak irentsi du. Heriotza, non dago zure eztena? Hilobi, non dago zure garaipena? **36-11**

36-1 : Sri Yukteswar zen geroago formalki hasitako sartu hau Swami Eskera egilea hau *Mahant* (monasterioa burua) -

ren Buda Gaya. 36-2: "Errege Handia" - errespetuzko titulua.

36-3 : A guru normalean erreferentzia egiten dio ra bere propioa dizipulu besterik gabe egilea bere izena, baztertuz edozein titulua. Horrela, Babaji esan zuen "Lahiri," ez "Lahiri Mahasaya".

36-4 : Literalki, "betiereko erlijioa", hau izena emanda ra hau gorputza -ren Vedikoa irakaspenak. *Sanatan Dharma* du etorri ra izan *Hinduismoa* deritzona geroztik hau denbora -ren hau Greziarrak MOE izendatua hau jendea piztuta hau bankuak -ren hau ibaia Indo bezala *Barrualdean* , edo *Hinduak* . *Hindu* hitzak , zehazki esanda, *Sanatan Dharma* edo *hinduismoaren* jarraitzaileei bakarrik egiten die erreferentzia . *Indiar* terminoa berdin aplikatzen zaie hinduei, musulmanei eta Indiako lurzoruko beste *biztanleei* (eta baita *Kolonen akats geografiko nahasgarriaren bidez, amerikar mongoloide aborigenei ere*).

Indiaren antzinako izena *Aryavarta da* , literalki "arioen egoitza". *Arya* hitzaren *sanskrito erroa* "duina, santua, noblea" da. Geroago, *ario* hitza ezaugarri espiritualak adierazteko erabili izanak, ez baizik eta fisikoak, orientalista handiari eragin zion... Max Muller, ra esan bitxiki: "A ni bat etnologo MOE hitz egiten du -ren bat Ariarra lasterketa, Ariarra odola, Ariarra begiak eta ilea, bekataria handia da hiztegi dolikozefaliko batez edo gramatika brakizefaliko batez hitz egiten duen . "hizkuntzalari bat bezainbeste

36-5 : *param-guru* da literalki "gurua gorena" edo "gurua haratago", esanguratsua bat lerro edo ondorengotza -ren irakasleak. Babaji, hau

.*guru* -ren Lahiri Mahasaya, zen hau *param-guru* -ren Sri Yukteswar

36-6 : Nire bisitatu ra Keshabananda-ren ashrama da deskribatu piztuta orr. 405-408 .

36-7 : Iraila 26, 1895ean da hau data piztuta zein Lahiri Mahasaya ezkerrean bere gorputza. Barruan bat gutxi gehiago egunak bera egingo nuke hirurogeita zortzigarren urtebetetzea bete du.

36-8 Iparraldera begira egotea eta gorputza hiru aldiz biratuz, maisuek erabiltzen dituzten erritu vediko baten zatiak dira, aldezturik dakiten noiz. hau azken ordu da buruz ra greba -rako hau fisikoa gorputza. The azken meditazioa, zehar zein hau maisu bat egiten du bera AUM Kosmikoan, *maha* edo *samadhi handia deitzen da* .

36-9 Kabir XVI. mendeko santu handi bat izan zen, eta haren jarraitzaile ugari hinduak eta musulmanak zeuden. Garai hartan -ren bere heriotza, hau dizipuluak liskarrean aritu ginetik hau modu -ren zuzentzen hau hileta zeremoniak. The haserre maisu arrosa -tik bere azken lo egin, eta eman bere argibideak. "Erdia -ren nire hondarrak izango da izan lurperatuta egilea hau Musulman errituak;" bera esan zuen, "beste erdia hindu sakramentu batekin erraustu dadila". Ondoren, desagertu egin zen. Dizipuluek bere gorpua zeraman hilkutxa ireki zutenean, ez zen ezer aurkitu urre koloreko champak lore sorta liluragarri bat baino. Hauetako erdia musulmanek obedienciaz lurperatu zuten, eta gaur egun arte bere santutegia gurtzen dute.

Barruan bere gazteria Kabir zen hurbildu egilea bi dizipuluak MOE nahi izan minutu intelektual gidaritza batera hau mistiko :bidea. Maisuak erantzun zuen, besterik gabe

Bide" aurreuposatzen du distantzia; Baldin eta Bera izan gertu, ez bidea behartsuena zu -n guztiak. Egiaz hura egiten "
"!du ni irribarre Hara entzun -ren bat arrain ur egarritan

36-10 : Panchanon ezarrita, barruan bat hamazazpi hektarea lorategi -n Deogarh barruan Bihar, bat tenplu daukana bat harri estatua Lahiriko Mahasaya. Beste bat estatua -ren hau bikaina maisu du izan multzo egilea dizipuluak barruan hau txiki egongela -ren bere Benares etxera.

36-11 : Ni *Korintoarrei* 15:54-55 .

KAPITULUA: 37

Ni Joan Hara Amerika

«Amerika! Ziur jende hauek amerikarrak direla!» Horixe pentsatu nuen nire barne-begiradaren aurretik Mendebaldeko aurpegiaren ikuspegi panoramikoa igaro zenean.

Meditazioan murgilduta, Ranchi eskolako biltegian hautsak hartutako kaxa batzuen atzean eserita nengoen. Zaila zen toki pribatu bat aurkitzea gazteekin lanpetuta egon nintzen urte haietan!

Ikuskizunak jarraitu zuen; jendetza zabala, **37-1** arretaz niri begira, aktore baten antzera kontzientziaren eszenatokitik zehar igaro zen.

Biltegiko atea ireki zen; ohi bezala, mutil gazteetako batek nire ezkutalekua aurkitu zuen. «Zatoz hona, Bimal», oihu egin nuen alai. «Berri batzuk ditut zuretzat: Jaunak Amerikara deitzen nau!». «Amerikara?». Mutilak nire hitzak errepikatu zituen, «ilargira» esan nuela iradokiz.

"Bai! Amerika aurkitzera noa, Kolon bezala. India aurkitu zuela uste zuen; ziur aski lotura karmiko bat dago bi lurralde horien artean!"

Bimalek alde egin zuen korrika; laster eskola osoari jakinarazi zioten bi hankako egunkariak. **37-2** Irakasle nahasiak deitu eta eskola haien ardurapean utzi nuen.

«Badakit Lahiri Mahasayaren yoga hezkuntza idealak beti lehen planoan mantenduko dituzula», esan nion. «Maiz idatziko dizut; Jainkoak nahi badu, noizbait itzuliko naiz».

Malkoak begietan nituen Ranchiko mutiko txikiei eta eguzkitsuei azken begirada eman nienean. Nire bizitzako aro jakin bat amaitu zela banekien; aurrerantzean urruneko lurraldeetan biziko nintzela. Kalkutara joan nintzen trenez, nire ikusmenaren ondoren ordu batzuk geroago. Hurrengo egunean Indiako ordezkari gisa gonbidapena jaso nuen Amerikako Erlijio Liberalen Nazioarteko Kongresuan. Urte hartan Bostonen bilduko zen, Amerikako Unitariar Elkartearen babespean.

Nire burua barruan bat bira, Ni bilatu kanpoan Sri Yukteswar barruan Serampore.

«Guruji, Amerikako erlijio-kongresu batean hitz egitera gonbidatu naute.

Joan behar al dut?» «Ate guztiak zabalik daude zuretzat», erantzun zuen

Maisuak, besterik gabe. «Orain da edo inoiz ez».

"Baina, jauna," Ni esan zuen barruan etsipena, "zer egin Ni jakin buruz publiko hitz egiten? Gutxitan izan Ni emanda bat hitzaldia,

eta inoiz ez barruan Ingelesa."

"Ingelesa edo ez Ingelesa, zure hitzak piztuta yoga izango da izan entzun barruan hau Mendebalde."

Barre egin nuen. «Beno, guruji maitea, ez dut uste amerikarrek bengalera ikasiko dutenik! Mesedez, bedeinka nazazu ingeles hizkuntzaren oztopoak gainditzeko bultzada batekin». **37-3**

Nire planen berri aitari eman nionean, guztiz harrituta geratu zen. Amerika oso urruna iruditzen zitzaion; beldur zen ez ninduela gehiago ikusiko.

«Nola joan zaitezke?», galdetu zuen zorrotz. «Nork finantzatuko zaitu?». Nire hezkuntzaren eta bizitza osoko gastuak maitasunez jasan zituenez, zalantzarik gabe espero zuen bere galderak nire proiektua lotsagarri geldiaraziko zuela.

«Jaunak finantzatuko nau, dudarik gabe». Erantzun hau eman nuenean, Agran aspaldi nire anaia Anantari eman nion antzeko bat etorri zitzaidan gogora. Maltzurkeria handirik gabe, gaineratu nuen: «Aita, agian Jainkoak buruan sartuko dizu niri laguntzeko».

"Ez, inoiz ez! Bera begiratu -n ni tamalgarriki.

Harrituta geratu nintzen, beraz, aitag hurrengo egunean zenbateko handiko txekoa eman zidanean.

«Diru hau ematen dizut», esan zuen, «ez aita gisa, baizik eta Lahiri Mahasayaren dizipulu leial gisa». Joan orduan ra hori urrun Mendebaldekoa lurra; barreiatu han hau sinesmenik gabeko irakaspenak -ren *Kriya Yoga* ."

Izugarri hunkitu ninduen aitag bere nahi pertsonalak alde batera uzteko erakutsi zuen altruismoak. Aurreko gauean konturatu zen ez zela atzerrira bidaiatzeko ohiko gogoia nire bidaia bultzatzen ari.

«Agian ez gara berriro elkartuko bizitza honetan». Aitag, hirurogeita zazpi urte zituen garai hartan, triste hitz egin zuen.

Bat intuitiboa kondena bultzatuta ni ra erantzun, "Zalantzarik gabe hau Jauna borondatea ekarri gu elkarrekin behin gehiago."

Maisua eta nire jaioterria Amerikako kostalde ezezagunetara joateko prestatzen ari nintzela, ez nuen ikara handirik sentitu. Mendebaldeko giro materialistari buruzko istorio asko entzun nituen, Indiako atzeko plano espiritualetik oso desberdina, santuen mendeetako auraz betea. "Mendebaldeko aireak arnasteko gai den Ekialdeko irakasle batek", pentsatu nuen, "Himalaiako edozein hotz jasateko

gogotsu egon behar du!".

Goiz batean otoitz egiten hasi nintzen, Jainkoaren ahotsa entzun arte jarraitzeko, otoitz egiten hiltzeko ere erabaki irmoarekin. Bere bedeinkapena eta utilitarismo modernoaren lainoetan galduko ez nintzela ziurtatzea nahi nuen. Nire bihotza Amerikara joateko prest zegoen, baina are sendoago nengoen jainkozko baimenaren kontsolamendua entzuteko erabakiarekin.

Otoitz eta otoitz egin nuen, negarra baretuz. Ez zen erantzunik etorri. Nire isilpeko eskaera gero eta handiagoa izan zen, eguerdian gailurrera iritsi arte; nire garunak ezin izan zion gehiago eutsi nire agoniaren presioari. Berriro negar egiten banuen nire barne-grinaren sakontasun handiagoarekin,... Garuna lehertuko zitzaidala sentitu nuen. Une horretan, norbaitek jo zuen Gurpar Road-eko gela ondoko atarian, non eserita nengoen. Atea ireki eta gizon gazte bat ikusi nuen, errenunzianta baten jantzi eskasak zeramatzana. Sartu zen, atea itxi zuen atzean eta, esertzeko eskaera ukatuz, keinu batekin adierazi zidan zutik hitz egin nahi zuela.

«Babaji izan behar du!», pentsatu nuen, txundituta, aurrean nuen gizonak Lahiri Mahasaya gazteago baten ezaugarriak baitzituen.

Nire pentsamenduari erantzun zion. "Bai, Babaji naiz". Doinuz hitz egin zuen hindieraz. "Gure Aita Zerukoak zure otoitza entzun du. Hau esateko agindu dit: Jarraitu zure guruaren aginduak eta zoaz Amerikara. Ez izan beldurrik; babestuta egongo zara".

Mendebaldean *Kriya Yogaren* mezua zabaltzeko aukeratu dudana . Aspaldi zure guru Yukteswar ezagutu nuen *Kumbha Mela batean* ; orduan esan nion bidaliko zintudala berarengana prestakuntza jasotzera".

Hitzik gabe geratu nintzen, haren presentziak deboziozko miresmenez itota, eta sakon hunkituta entzun ninduenean... bere ezpainetan Sri Yukteswarrengana gidatu ninduela esan zidan. Guru hilezinaren aurrean etzan nintzen. Adeitasunez lurretik altxatu ninduen. Nire bizitzari buruzko gauza asko kontatu zizkidan, ondoren argibide pertsonal batzuk eman zizkidan eta profezia sekretu batzuk esan zituen.

« *Kriya Yoga* , Jainkoaren errealizazioaren teknika zientifikoa», esan zuen azkenean solemnitateraz, «azkenean lurralde guztietan zabalduko da, eta nazioak harmonizatzen lagunduko du gizakiak Aita Infinituaren pertzepzio pertsonal eta transzendentalaren bidez».

Begirada dotore batekin, maisuak bere kontzientzia kosmikoaren keinu batekin elektrifikatu ninduen. Denbora gutxian ate aldera abiatu zen.

«Ez saiatu niri jarraitzen», esan zuen. «Ezin izango duzu hori

egin». «Mesedez, Babaji, ez joan!», oihu egin nuen behin eta

berriz. «Eraman nazazu zurekin!». Atzera begiraturaz, erantzun

zidan: «Orain ez. Beste noizbait».

Emozioak gainezka eginda, bere abisua ez nuen kontuan hartu. Haren atzetik joaten saiatzen nintzen bitartean, ohartu nintzen nire oinak lurrean ondo errotuta nituela. Atetik, Babajik azken begirada maitekorra eman zidan. Eskua bedeinkapen gisa altxatu eta alde egin zuen, nire begiak irrikaz finkatuta.

Minutu batzuk igaro ondoren, oinak libre nituen. Eseri eta meditazio sakon batean murgildu nintzen, etengabe Jainkoari eskerrak emanez, ez bakarrik nire otoitza erantzuteagatik, baita Babajirekin izandako topaketa baten bidez bedeinkatzeagatik ere. Nire gorputz osoa maisu zahar eta beti gaztearen ukituaren bidez santutua zirudien. Aspalditik nuen hura ikusteko gogo bizia.

Orain arte, ez diot inori kontatu Babajirekin izandako topaketaren istorio hau. Nire giza esperientziarik sakratuena, bihotzean gorde dut. Baina bururatu zait autobiografia honen irakurleek Babaji isolatuaren errealitatean eta bere munduko interesetan sinesteko joera handiagoa izan dezaketela, neure begiekin ikusi nuela kontatzen badut. Artista bati India modernoko Yogi-Kristo handiaren benetako irudia marrazten lagundu diot; liburu honetan agertzen da.

The bezpera -ren nire irteera -rako hau Batuak Estatuak aurkitu ni barruan Sri Yukteswarren santu presentzia.

«Ahaztu hindu jaio zarela, eta ez izan amerikar. Hartu bietako onena», esan zuen Maisuak bere lasaitasun jakintsuan. «Izan zaitez zeure benetako nia, Jainkoaren seme-alaba. Bilatu eta txertatu zure izatean lurrean zehar arraza ezberdinetan sakabanatuta dauden zure anaia guztien ezaugarriarik onenak».

Orduan bedeinkatu ninduen: «Jainkoa bilatuz zuregana fedez datozen guztiek lagunduko dute. Haiei begiratzear, zure begietatik ateratzen den korronte espirituala haien garunean sartuko da eta haien ohitura materialak aldatuko ditu, Jainkoaren kontzientzia handiagoa izan dezaten».

Jarraitu zuen: «Arima zintzoak erakartzeko zure patua oso ona da. Nora zoazela, basamortuan ere, lagunak aurkituko dituzu».

Bere bi bedeinkapenak ederki frogatu dira. Bakarrik etorri nintzen Amerikara, basamortu batera lagunik gabe, baina han milaka aurkitu nituen denboran frogatutako arimaren irakaspenak jasotzeko prest.

1920ko abuztuan irten nintzen Indiatik, *Sparta Hirian* , Lehen Mundu Gerra amaitu ondoren Amerikara abiatu zen lehen bidaiari-ontzian. Pasaportea emateko hainbat zailtasun burokratiko, modu miragarri batean, kendu ondoren bakarrik lortu nuen bidaia.

Bi hilabeteko bidaian zehar, bidaiari batek jakin zuen Bostongo kongresuko Indiako ordezkaria nintzela.

«Swami Yogananda», esan zuen, geroago amerikarrek nire izena ahoskatuko zuten ahoskera bitxi askoren artean lehenengoa erabiliz, «mesedez, mesedez, egin bidaiariei hitzaldi bat hurrengoan». Ostegun gauean. Uste dut guztioi mesede egingo ligukeela 'Bizitzaren borroka eta nola borrokatu' gaiari buruzko hitzaldi bat.

Ai! Nire bizitzaren borroka egin behar izan nuen, asteazkenean konturatu nintzen. Nire ideiak ingelesezko hitzaldi batean antolatzen etsi-etsian, azkenean prestaketa guztiak bertan behera utzi nituen; nire pentsamenduak, Zela begira dagoen pottoka basati baten antzera, ingeles gramatikaren legeekin lankidetzan aritzeari uko egin zion. Maisuaren iraganeko ziurtasunetan guztiz konfiantza hartuta, ordea,

osteguneko entzuleen aurrean agertu nintzen lurrunontziaren aretoan. Ez zitzaidan elokuentziarik igo ezpainetara; hitzik gabe gelditu nintzen jendetzaren aurrean. Hamar minutu iraun zuen erresistentzia-lehiaketa baten ondoren, entzuleek nire egoera konturatu eta barre egiten hasi ziren.



Ameriketako Estatu Batuetako nire klaseetako baten aurrean nago oholtzan.
Mila yoga ikasleko klase hau Washington D.C.-n egin zen.

Une hartan egoera ez zitzaidan barregarria iruditu; haserre bizian, isilpeko otoitz bat bidali nion Maisuari. "Bai , egin *dezakezu* ! Hitz egin!" Bere ahotsa berehala entzun nuen nire kontzientzian.

Nire pentsamenduak berehala hasi ziren ingeles hizkuntzarekin harreman atsegin batean. Berrogeita bost minutu geroago, entzuleak oraindik adi zeuden. Hitzaldiak gonbidapen ugari irabazi zizkidan geroago Amerikako hainbat talderen aurrean hitzaldiak emateko.

Ez nintzen inoiz gogoratu, ondoren, esan nuen hitz bakar bat ere. Galdeketa diskretu baten bidez, bidaiari batzuengandik jakin nuen: "Hitzaldi inspiratzailea eman duzu, ingeles hunkigarri eta zuzenean". Berri atsegin honen aurrean, apalki eskertu nion nire guruari bere laguntza garaiz, berriro konturatuta beti zela... nirekin, denbora eta espazioaren oztopo guztiak ezereztuz.

Noizean behin, ozeanoko bidaiaren gainerakoan, Bostongo kongresuan ingelesezko hitzaldien proba gogorraren aurrean urduritasun pixka bat izan nuen.

«Jauna», otoitz egin nuen, «mesedez, utzi nire inspirazioa Zu bera izaten, eta ez berriro entzuleen barre-bonbak !»

Esparta Hiria Boston ondoan porturatu zen irailaren amaieran. Urriaren seian hitz egin nuen Kongresua Amerikan eman nuen lehen hitzaldiarekin. Oso harrera ona izan zuen; lasaitu egin nintzen. Amerikako Unitariar Elkarteko idazkari eskuzabalak honako iruzkina idatzi zuen argitaratutako txosten batean 37-4 kongresuko akteen berri:

"Swami Yogananda, Indiako Ranchiko Brahmacharya Ashrameko ordezkariak, bere Elkartearen agurrak ekarri zituen Kongresura. Ingelesez eta ahots indartsuz, 'Erljioaren Zientzia' gaiaz hitzaldi filosofikoa eman zuen, eta liburuxka moduan inprimatu da zabalago zabaltzeko. Erljioa, adierazi zuen, unibertsala da eta bakarra da. Gu..."

Ezinezkoa da ohitura eta uste partikularrak unibertsaltzea, baina erlijioaren elementu komuna unibertsalizatu daiteke, eta guztiei eska diezaiekegu jarraitzeko eta obeditzeko".

Aitaren txeke eskuzabalari esker, Amerikan geratu ahal izan nintzen kongresua amaitu ondoren. Lau urte zoriontsu eman nituen Bostonen, egoera xumeetan. Hitzaldi publikoak eman nituen, eskolak eman nituen eta poema liburu bat idatzi nuen, *Songs Of The Soul* , Frederick B. Robinson doktorearen hitzaurrearekin, New Yorkeko Hiriko Unibertsitateko presidenteak. **37-5**

1924ko udan kontinente arteko bira bati ekin nionean, milaka pertsonaren aurrean hitz egin nuen hiri nagusietan, mendebaldeko bidaia Alaskako iparralde ederrean oporraldi batekin amaituz.

Bihotz handiko ikasleen laguntzarekin, 1925. urtearen amaierarako egoitza amerikar bat ezarri nuen Los Angeleseko Mount Washington Estates-en. Eraikina Kashmirren izandako ikuskeran urte batzuk lehenago ikusi nuena da. Presaka bidali nizkion Sri Yukteswarri urrutiko jarduera amerikar hauen argazkiak. Bengalerazko postal batekin erantzun zidan, eta hemen itzultzen dut:

11. Abuztuan, 1926

Haurra -ren nire bihotza, O Yogananda!

Zuen eskolaren eta ikasleen argazkiak ikusita, ezin dut adierazi zein poza datorren nire bizitzan. hitzak. Pozez urtzen naiz hiri ezberdinetako zure yoga ikasleak ikustean. Zure metodoak ikusita, kantu baieztapenetan, sendatzeko bibrazioetan eta jainkozko sendatzeko otoitzetan, ezin dut bihotzez eskerrak eman gabe utzi. Atea, goranzko bide bihurgunetsua eta paisaia ederra ikusita Mount Washington Estates-en azpian hedatuta, neure begiekin ikusteko irrikitan nago dena.

Dena ondo doa hemen. Jainkoaren graziari esker, zoriontasunean egon

zaitezela beti. SRI YUKTESWAR GIRI

Urteak aurrera joan ziren. Nire lurralde berriko txoko guztietan eman nituen hitzaldiak, eta ehunka klub, unibertsitate, eliza eta konfesio guztietako taldetan hitz egin nuen. Hamarnaka mila estatubatuarrek jaso zuten yoga hastapena. Guztiei otoitz pentsamenduen liburu berri bat eskaini nien 1929an - *Whispers From Betikotasuna* , Amelita Galli-Curciren hitzaurrearekin. **37-6** Liburutik hartutako poema bat ematen dut hemen, "Jainkoa! Jainkoa! Jainkoa!" izenekoa, gau batean hitzaldi-plataforma batean nengoela konposatua:

-tik hau sakonera -ren logura,
Esnatzearen eskailera kiribilduan igotzen
naizen bitartean, xuxurlatzen dut:
Jainkoa! Jainkoa! Jainkoa!
Zu zara janaria, eta gauero Zuregandik
banantzeari uzteko baraua hausten dudanean,
Ni dastatu Zu, eta mentalki esan:

Jainkoa! Jainkoa! Jainkoa!
Nora joan arren, nire gogoaren fokua beti Zuregan
piztuta dago;
Eta barruan hau borroka zarata -ren jarduera
Nire gerra-oihu isila beti da: Jainkoa!
Jainkoa! Jainkoa! Proben ekaitz
zaratatsuak oihuka ari direnean, eta
kezkek ulu egiten didatenean,
Ni ito haien zalaparta, ozenki kantatzen:
Jainkoa! Jainkoa! Jainkoa!
Nire gogoak ametsak
oroitzapenen hariekin
ehuntzen dituenen,
Orduan piztuta hori magia oiha! Ni aurkitu erliebean:
Jainkoa! Jainkoa! Jainkoa!
Bakoitza gaua, barruan denbora -ren sakonena lo egin,
Nire bakeak amets egiten du eta deitzen du,
Poza! Poza! Poza! Eta nire poza betiko
abesten dator:
Jainkoa! Jainkoa! Jainkoa!
Esnatzean, jatean, lanean, ametsetan, lotan,
zerbitzatzean, meditatzean, kantatzean,
jainkotiarki maitatzean, nire arima etengabe
marmar egiten du, inork entzun gabe:
Jainkoa! Jainkoa! Jainkoa!

Batzuetan —normalean hilaren hasieran, Mount Washington eta beste Self-
Realization Fellowship zentroen mantentze-lanetarako fakturak iristen zirenean!—,
Indiako bake xumea gogoratzen nuen irrikaz. Baina egunero ikusten nuen
Mendebaldearen eta Ekialdearen arteko ulermena zabaltzen; nire arima poztu
egiten zen.

Amerikako bihotz handia Emma Lazarusek Askatasunaren Estatuaren,
"Erbusteratuen Ama"-ren oinarrian zizelkatutako lerro zoragarrietan adierazita
aurkitu dut:

-tik bera faro- eskua
Mundu osoan distira egiten du ongi etorria
emateko; bere begi leunak biki hiriek osatzen
duten aire-zubiz estalitako portua menderatzen
du.

«Gorde, lurralde zaharrak, zuen ponpa
istoriotsua!», oihu egiten du ezpain isilekin.
«Eman ieza dazue zuen nekatuak, zuen pobreak, arnasa
libre hartu nahi duten zuen jendetza pilatuak,
Zure kostalde gainezkaaren hondakin
tamalgarriak. Bidali hauek, etxerik gabekoak,
ekaitzak astindutakoak, nire lanpara
altxatzen dut urrezko atearen ondoan.

37-1 : Asko -ren horiek aurpegiak Ni izan geroztik ikusi barruan hau Mendebalde, eta berehala aitortua..

37-2 : Swami Premananda, orain hau liderra -ren hau Autoerrealizazioa Eliza -ren Guztiak Erlijioak barruan Washingtonen, DC, zen bat Ranchi eskolako ikasleetako bat Amerikara joan nintzenean. (Orduan Brahmachari Jotin zen.)

37-3 : Sri Yukteswar eta Ni normalean elkarriketatu barruan Bengalera.

37-4 : *Berria Erromesaldiak -ren The Espiritua* (Boston: Faroa Prentsa, 1921).

37-5 : Doktorea eta Andrea Robinson bisitatu India barruan 1939an, eta ziren omendu gonbidatuak -n hau Ranchi eskola.

37-6 : Anderea. Galli-Curci eta bera senarra, Homero Samuels, hau piano-jotzailea, izan izan Kriya Yoga ikasleak -rako hogeit hamar urteak. The inspiratzaile istorioa -ren hau ospetsu lehena emakumearen urteak -ren musika du izan duela gutxi argitaratua (*Galli-Curciren Bizitza -ren Abestia* , CE LeMassena-k idatzia, Paebur Co., New York, 1945).

KAPITULUA: 38

Lutero Burbank -- A Santua Tartean The Arrosak

«Landareen hazkuntza hobetzeko sekretua, ezagutza zientifikoaz gain, maitasuna da». Luther Burbanke jakinduria hau adierazi zuen bere ondoan Santa Rosako lorategian nindoala. Kaktus jangarrien ohe baten ondoan gelditu ginen.

«'Bizkarrezurrik gabeko' kaktusak egiteko esperimentuak egiten ari nintzela», jarraitu zuen, «askotan hitz egiten nien...» landareek maitasun bibrazio bat sortzeko. «Ez duzue ezer beldurtzeko», esango nien. «Ez duzue Zure defentsako arantzak behar ditut. Babestuko zaitut'. Pixkanaka basamortuko landare erabilgarria agertu zen arantzarik gabeko barietatea."

Mirari honek txundituta utzi ninduen. "Mesedez, Luther maitea, eman iezadazu kaktus hosto batzuk Mount Washington-eko nire lorategian landatzeko."

A langile zutik gertu hasi ra tira itzalita batzuk hostoak; Burbank eragotzi bera.

«Neuk kenduko ditut swamiarentzat». Hiru hosto eman zizkidan, eta geroago landatu nituen, poz-pozik hazi zirelako.

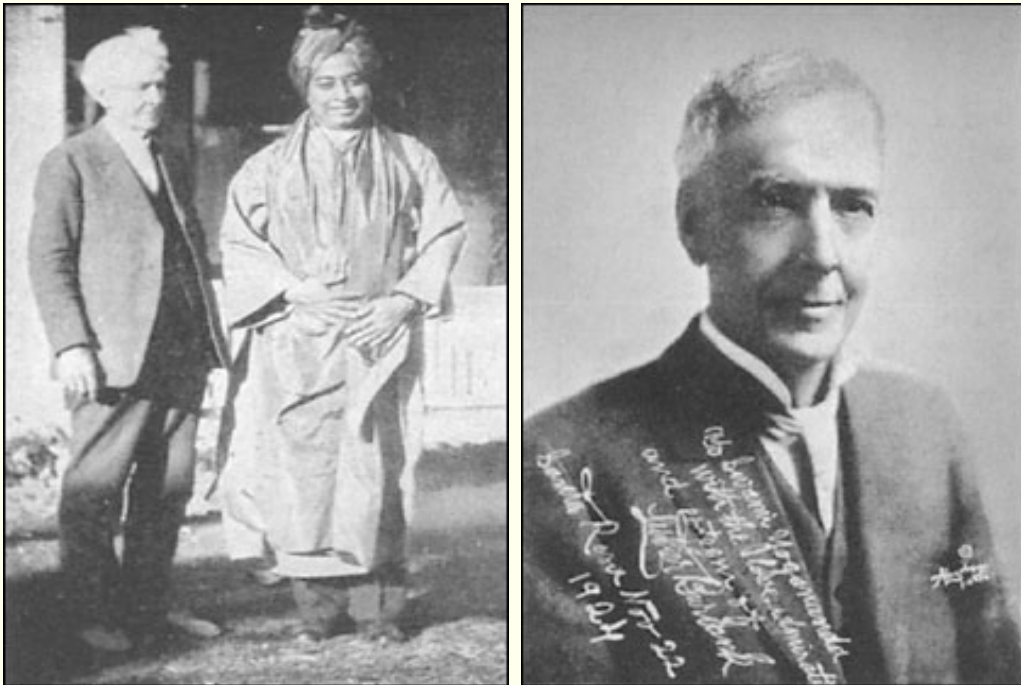
Lorezain handi hark esan zidan bere lehen garaipen aipagarria patata handia izan

zela, gaur egun bere izenarekin ezagutzen dena. Jenioaren nekaezintasunarekin, ehunka patata oparitu zizkion munduari.

naturaren hobekuntza gurutzatuak - tomate, arto, kalabaza, gerezi, aran, nektarina, baia, mitxoletak, liliak, arrosak Burbank-en barietate berriak.

Lutherrek intxaurrondo ospetsuaren aurrean eramaten ninduen bitartean, zeinaren bidez eboluzio naturala teleskopikoki bizkortu daitekeela frogatu baitzuen.

«Hamasei urtetan bakarrik», esan zuen, «intxaurrondo honek fruitu lehorren ekoizpen ugari ekoizteko iritsi zen, eta naturak berak bakarrik denbora bikoitza eman zion zuhaitzari».



Lutero Burbank, maitea lagun, jarrerak -rekin ni barruan bere Bizarzuri Rosa lorategia.

Burbank-ekoa txiki adoptatu alaba etorri jolasean -rekin bera txakurra sartu hau lorategia.

«Nire giza landarea da». Lutherrek maitasunez agurtu zion. «Gizateria landare erraldoi bat bezala ikusten dut orain, bere betetze gorenerako maitasuna, naturaren bedeinkapen naturalak eta gurutzaketa eta hautespen adimendunak baino ez dituen behar. Nire bizitzan zehar landareen eboluzioan aurrerapen hain miragarriak ikusi ditut, ezen baikortasunez espero baitut mundu osasuntsu eta zoriontsu bat, bere seme-alabei bizitza sinple eta arrazionalaren printzipioak irakasten zaizkienean. Naturarengana eta naturaren Jainkoarengana itzuli behar dugu».

"Luther, gozatuko zenuke nire Ranchiko eskolan, kanpoko klaseekin eta alaitasun eta sinpletasun giroarekin."

Nire hitzek Burbanken bihotz-haur hezkuntzaren haririk hurbilena ukitu zuten. Galderaz bete ninduen, bere begi sakon eta lasaietatik interesa distiratzeko zuela.

«Swamiji», esan zuen azkenean, «zurea bezalako eskolak dira etorkizuneko milurtekoaren itxaropen bakarra. Gure garaiko hezkuntza-sistemen aurka matxinatu naiz, naturatik bananduta eta dena itotzen dutenak».

indibidualtasuna. Ni naiz -rekin zu bihotza eta arima barruan zure praktikoa idealak -ren hezkuntza".

Jakintsu jatorrari agur esaten ari nintzela, liburuki txiki bat sinatu eta oparitu zidan.

38- 1 "Hemen da nire liburu piztuta *The Prestakuntza -ren The Gizakia Landare* ,"

38-2 bera esan zuen. "Berria motak -ren entrenamendua behar da - esperimentu ausartak. Batzuetan, proba ausartenak lortu dute ateratzea Fruta eta loreetan onena. Haurrentzako hezkuntza-berrikuntzak ere ugariagoak eta ausartagoak izan beharko lirateke.

Gau hartan interes handiz irakurri nuen bere liburuxka. Arrazaren etorkizun loriatsu bat irudikatzen zuen begiekin, eta idatzi zuen: "Mundu honetako izaki bizidun burugogorrena, alde batera uzteko zailena, landarea da". behin finko barruan ziur ohiturak.Gogoratu hori hau landare du kontserbatuta bere indibidualtasuna guztiak

aroetan zehar; agian eonetan zehar atzera egin daitekeen bat da, arroketan bertan, inoiz ez baita neurri handi batean aldatu aldi zabal hauetan guztietan. Ba al duzu Demagun, errepikapen-aro guzti hauen ondoren, landareak ez duela borondaterik, hala deitu nahi badiozu, paregabeko irmotasunik? Izan ere, badira landareak, palmondo batzuk bezala, hain iraunkorak, ezen oraindik ez baita gizakiaren botereak aldatu ahal izan dituenak. Giza borondatea gauza ahula da landare baten borondatearen aldean. Baina ikusi nola hausten den landare oso honen bizitza osoko burugogorkeria bizitza berri bat nahastuz, gurutzaketaren bidez, aldaketa oso eta indartsua eginez bere bizitzan. Orduan, noiz... hau atsedenaldea dator, konpondu hura egilea hauek belaunaldiak -ren paziente gainbegiratzea eta hautaketa, eta Landare berriak bere bide berritik abiatzen da, inoiz gehiago zaharrera itzuli gabe, bere borondate tematia azkenean hautsi eta aldatuta.

"Haur baten izaera bezain gauza hain sentikor eta malgu bati dagokionez, arazoa askoz errazagoa bihurtzen da."

Amerikar handi honek magnetikoki erakarrita, behin eta berriz bisitatu nuen. Goiz batean, postaria iritsi nintzen une berean, eta honek mila gutun inguru utzi zituen Burbanken estudioan.

Lorezainak idatzi zuen bera -tik guztiak piezak -ren hau mundua.

«Swamiji, zure presentzia lorategira irteteko behar dudan aitzakia besterik ez da», esan zuen Lutherrek alai. Ehunka bidaia-karpeta zituen mahaiko tiradera handi bat ireki zuen.

«Begira», esan zuen, «horrela bidaiatzen dut nik ere. Landareek eta korrespondentziak lotuta, atzerriko lurraldeen irrika asetzen dut noizean behin irudi hauei begirada bat emanez».

Nire autoa bere atearen aurrean zegoen; Lutherrek eta biok herri txikiko kaleetan

zehar ibili ginen, bere lorategiak bere Santa Rosa, Peachblow eta Burbank arrosa barietateekin apainduta.

«Nire lagun Henry Fordek eta biok berraragitzearen teoria zaharraren alde egiten dugu», esan zidan Lutherrek. «Bestela azaldu ezin liratekeen bizitzaren alderdiak argitzen ditu. Memoria ez da egiaren proba bat; gizakiak bere iraganeko bizitzak gogoratzen ez dituelako ez du frogatzen inoiz izan ez dituenik. Memoria hutsa da bere sabeleko bizitzari eta haurtzaroari dagokionez ere; baina ziurrenik horietatik igaro zen!». Barre egin zuen.

Zientzialari handiak *Kriya* hastapena jaso zuen nire aurreko bisitetako batean. "Teknika debozioz praktikatzen dut, Swamiji", esan zuen. Hainbat galdera hausnarkor egin ondoren...

alderdiak -ren yoga, Lutero esan zuen poliki-poliki:

"Ekialdeak, hain zuzen ere, ezagutza-altxor izugarriak ditu, Mendebaldeak ia ez dituenak esploratzen hasi ."

Naturarekin zuen harreman intimoak, zeinak bere sekretu jeloskor asko argitu zizkion, errespetu espiritual mugagabea eman zion Burbanki.

«Batzuetan, Botere Infinitutik oso gertu sentitzen naiz», aitortu zuen lotsati. Bere aurpegi sentibera eta ederki moldatua oroitzapenez argitu zen. «Orduan, inguruko gaixoak eta landare gaixo asko sendatu ahal izan ditut».

Bere amaz hitz egin zidan, kristau zintzoa zena. «Hil ondoren askotan», esan zuen Lutherrek, «ikuskarietan agertzeak bedeinkatu nau; hitz egin dit».

Gu gidatu atzera nahigabe aldera bere etxea eta horiek zain mila gutunak.

«Luther», esan nion, «datorren hilean aldizkari bat hasiko dut Ekialdeko eta Mendebaldeko egiaren eskaintzak aurkezteko. Mesedez, lagundu iezadazu aldizkariarentzako izen ona aukeratzen».

Tituluak eztabaidatu genituen pixka bat, eta azkenean *Ekialde-Mendebalde aukeratzea adostu genuen* . Bere estudioan berriro sartu ondoren, Burbankek "Zientzia eta Zibilizazioa"ri buruz idatzitako artikulu bat eman zidan.

"Hau borondatea joan barruan hau lehenengo arazo -ren *Ekialde-Mendebalde* , Ni esan zuen esker onez.

Gure adiskidetasuna sakondu ahala, Burbanki nire "santu amerikarra" deitu nion. "Hona hemen gizon bat", aipatu nuen, "zeinetan ez dagoen engainurik!". Bere bihotza sakonegia zen, apaltasunarekin, pazientziarekin eta sakrifizioarekin aspalditik ohitua. Arrosen artean zuen etxe txikia oso xumea zen; luxuaren baliogabetasuna ezagutzen zuen, ondasun gutxiren poza. Bere zientzia-ospea behin eta berriz eramaten zuen apaltasunak fruitu heltuen zamarekin makurtzen diren zuhaitzak gogorarazten zizkidan; da... harrokeria huts batean burua altxatzen duen zuhaitz antzua.

New Yorken nengoen 1926an nire lagun maitea hil zenean. Malko artean pentsatu nuen: "Ai, pozik egingo nuke oinez hemendik Santa Rosaraino hura behin gehiago ikusteko!". Idazkari eta bisitariengandik urrun nengoela, hurrengo hogeita lau orduak bakardadean eman nituen.

Hurrengo egunean, Lutherren irudi handi baten inguruan erritu vediko oroigarri bat egin nuen. Nire ikasle amerikar talde batek, hindu arropekin jantzita, antzinako ereserkiak kantatu zituen, loreak, ura eta sua eskaintzen ziren bitartean; elementu horiek gorputzeko elementuen eta haien askapenaren sinboloak dira Iturri

Infinituan.

Burbanken gorputza Santa Rosan dagoen arren, duela urte asko bere lorategian landatu zuen Libanoko zedro baten azpian, bere arima niretzat gordeta dago bide bazterrean loratzen den begi zabaleko lore bakoitzean. Naturaren espiritu zabalean denbora batez erretiratuta, ez al da Luther bere haizeetan xuxurlatzen, bere egunsentietan ibiltzen?

Bere izena hizkera arruntean sartu da orain. "Burbank" aditz trantsitiboa bezala zerrendatuz, Webster's New International Dictionary-k honela definitzen du:
"(Landare bat) gurutzatu edo txertatu. Beraz, figuratiboki, (edozer, prozesu edo erakunde gisa) hobetu ezaugarri onak hautatuz eta txarrak baztertuz, edo ezaugarri onak gehituz".

«Burbank maitea!», oihu egin nuen definizioa irakurri ondoren, «zure izena bera ontasunaren sinonimo da orain !»

A handwritten signature in black ink, reading "Luther Burbank". The script is cursive and elegant, with the first letters of each word being capitalized and prominent.

ez zuela Indiara itzuli nahi Emantzipatzaile Handiaren erretratua lortu arte. Irmoki finkatuz piztuta Lincolnen ate-ataria, hau merkatari ukatu egin ra utzi arte hau harrituta Presidente baimenduta bera ra kontratatu zituen Daniel Huntington New Yorkeko artista ospetsuaren zerbitzuak. Erretratua amaitu zuenean, hinduak garaile eraman zuen .Kalkutara

38-2 : Berria York: Mende Konpainia, 1922.

KAPITULUA: 39

Teresa Neumann, The Katolikoa Estigmatista

"Itzuli Indiara. Hamabost urtez pazientziaz itxaron dizut. Laster gorputzetik igerian aterako naiz eta Distiratsuaren Egoitzarantz. Yogananda, zatoz!"

Sri Yukteswarren ahotsa harrigarriro entzun zen nire barne-belarrian, Washington mendiko egoitzan meditazioan eserita nengoela. Begi keinu batean hamar mila milia zeharkatuz, haren mezua tximista baten moduan sartu zen nire baitan.

Hamabost urte! Bai, konturatu nintzen, orain 1935. urtea da; hamabost urte eman ditut nire guruaren irakaspenak Amerikan zabaltzen. Orain gogoratzen nau.

Arratsalde hartan nire esperientzia kontatu nion bisitari den dizipulu bati. *Kriya Yogaren pean izandako garapen espiritual*a hain harrigarria izan zen, ezen askotan "santu" deitzen nion, Babajiren profezia gogoratuz, zeinaren arabera Amerikak ere jainkozko errealizazioko gizon-emakumeak sortuko zituela antzinako yogiko bidearen bidez.

Hau dizipulu eta bat zenbaki -ren beste batzuk eskuzabalki tematu piztuta egiten bat dohaintza -rako nire bidaiak. Finantza-arazoa horrela konponduta, Indiara nabigatzeko antolaketak egin nituen, Europatik zehar. Prestaketa lanpetuen asteak Mount Washingtonen! 1935eko martxoan, Kaliforniako Estatuko legeen arabera, Autoerrealizazio Bekaduntza irabazi-asmorik gabeko korporazio gisa onartu nuen. Hezkuntza-erakunde honetara doaz dohaintza publiko guztiak, baita nire liburuen, aldizkariaren, idatzizko ikastaroen, matrikularen eta beste edozein diru-sarreraren iturriren salmentatik lortutako diru-sarrerak ere.

"Nik izango da izan atzera," Ni esan nire ikasleak. "Inoiz ez izango da Ni ahaztu Amerika."

Los Angelesen maite ditudan lagunek eskaini zidaten agur-banketean, luze begiratu nien haien aurpegiei eta esker onez pentsatu nuen: "Jauna, zu Emaille Bakarra bezala gogoratzen zaituenak ez du inoiz gozotasun falta izango".

-ren adiskidetasuna artean hilkorrak".

1935eko ekainaren 9an abiatu nintzen New Yorketik itsasoz - Europan . Bi ikasle etorri zitzaizkidan: nire idazkaria, C. Richard Wright jauna, eta Cincinnatiako andre adineko bat, Ettie Bletch andereñoa. Ozeanoaren bake egunak gozatu genituen, aurreko aste presatuekin alderatuta ongi etorria. Gure aisialdi aldia laburra izan zen; itsasontzi modernoan abiadurak baditu ezaugarri tamalgarri batzuk!

Beste edozein turista jakin-min talde bezala, Londresko hiri erraldoi eta zaharrean ibili ginen. Hurrengo egunean Caxton Hall-eko bilera handi batean hitz egitera gonbidatu ninduten, eta bertan Sir Francis Younghusbandek aurkeztu ninduen Londresko entzuleei. Gure taldeak egun atsegina eman zuen Sir Harry Lauderren gonbidatu gisa Eskoziako bere etxean. Laster zeharkatu genuen Mantxako kanala... kontinentea, Bavariara erromesaldi berezi bat egin nahi bainuen. Hau izango zen nire bakarra aukera, sentitu nuen, Konnersreutheko Therese Neumann mistiko katoliko handia bisitatzeko.

Urte batzuk lehenago Therese-ri buruzko kontakizun harrigarri bat irakurri nuen. Artikuluan emandako informazioa honako hau zen :

(1)Therese, 1898an jaioa, hogeitau urte zituela istripu batean zauritu zen;itsu eta paralisia geratu zen.

(2) Mirariz ikusmena berreskuratu zuen 1923an, Santa Teresari, "Lore Txikiari", egindako otoitzei esker. Geroago, Therese Neumannen gorputz-adarrak berehala sendatu ziren.

(3) 1923tik aurrera, Theresek erabat abstenitu zen janari eta edarrietatik, egunero oblea sagaratu txiki bat irenstea izan ezik.

(4) Kristoren estigmak edo zauri sakratuak 1926an agertu ziren Teresaren buruan, bularrean, eskuetan eta oinetan. Ondoren, astero ostiralero, Kristoren Pasioa bizi izan du, bere gorputzean haren agonia historiko guztiak jasanez.

(5) Bere herriko aleman sinplea bakarrik jakinda, ostiraleko transean Theresek adituek antzinako aramaikotzat jo dituzten esaldiak esaten ditu. Bere ikuskeran une egokietan, hebreeraz edo grezieraz hitz egiten du.

(6) Egilea: eliztar baimena, Teresa du hainbat aldiz izan azpian itxi behaketa zientifikoa. Fritz Gerlick doktorea, alemaniar egunkari protestante bateko editorea, Konnersreuthera joan zen "katolikoaren iruzurra salatze"ko, baina azkenean errespetuz idatzi zuen haren biografia. **39-2**

Beti bezala, Ekialdean edo Mendebaldean egon, santu bat ezagutzeko irrikitan nengoen. Poztu nintzen gure talde txikia uztailaren 16an Konnersreuth herrixka

xarmangarrira sartu zenean. Bavariako nekazariak interes bizia erakutsi zuten gure Ford automobilarrekiko (Amerikatik ekarria) eta haren talde anitzarekiko: gazte estatubatuar bat, emakume zahar bat eta ile luzea berokiaren lepoaren azpian sartuta zuen oliba koloreko oriental bat.

Teresaren txiki etxola, garbi eta txukun, -rekin geranioak loratzen egilea bat primitiboa ondo, zen ai ene!

isilik itxita. Auzokideek, eta baita bertatik igaro zen herriko postariak ere, ez ziguten informaziorik eman. Euria hasi zen; nire lagunek alde egitea proposatu ziguten.

"Ez," Ni esan zuen temati, "Nik borondatea egon hemen arte Ni aurkitu batzuk pista liderra ra Teresa."

Bi ordu geroago, oraindik autoan eserita geunden euri ilunaren erdian.
"Jauna", hasperen egin nuen kexaka, "zergatik ekarri nauzu hona desagertu bada?"

Bat Ingelesez hitz egiten dutenak gizona geldituta ondoan gu, adeitasunez eskaintza bere laguntza.

«Ez dakit ziur non dagoen Therese», esan zuen, «baina sarritan bisitan etortzen da Wurz irakaslearen etxera, Eichstatteko seminario-maisu bat, hemendik hogeita hamar miliara».

Hurrengo goizean, gure taldea Eichstatt herrixka lasaira joan zen autoz, kale harritzatuz inguratuta. Wurz doktoreak adeitasunez agurtu gintuen bere etxean; "Bai, Therese hemen dago". Bisitarien berri eman zion. Laster agertu zen mezulari bat haren erantzunarekin.

"Gotzainak bere baimenik gabe inor ez ikusteko eskatu didan arren, Indiako Jainkoaren gizona hartuko dut."

Hitz hauek sakonki hunkituta, Wurz doktoreari jarraitu nion goiko solairura egongelara. Therese berehala sartu zen, bake eta pozaren aura bat irradiatuz. Soineko beltza eta buruko apaingarri zuri garbia zeramatzan. Hogeita hamazazpi urte zituen arren garai hartan, askoz gazteagoa zirudien, haur baten freskotasun eta xarma zuela. Osasuntsua, ondo egina, masail arrosak eta alaia, hau da jaten ez duen santua!

Therese eskua eman zidan oso leunki. Biok irribarre egin genuen elkartasun isilean, bakoitzak jakinda elkar Jainkoaren maitalea zela.

Wurz doktoreak interprete gisa aritzeko eskaintza egin zuen adeitasunez. Eseri ginenean, ohartu nintzen Therese jakin-min xaloz begiratzen zidala; antza denez, hinduistak arraroak ziren Bavarian.

"Ez egin zu jan ezer?" Ni nahi izan ra entzun hau erantzun -tik

bera propioa ezpainak. «Ez, arroz-irinezko oblea sagaratu bat izan

ezik, goizero seietan behin». «Zenbat handitzen da oblea?»

«Paper mehea da, txanpon txiki baten tamainakoa». Gaineratu zuen: «Arrazoi sakramentalengatik hartzen dut; kontsagratu gabe badago, ezin dut irentsi».

«Noski, ezin izango zenuke horrekin bizi hamabi urte

osoz?» «Jainkoaren argiaz bizi naiz». Zein sinplea izan zen

haren erantzuna, zein Einsteiniarra!

"Nik ikusi zu konturatu hori energia fluxuak ra zure gorputza -tik hau eterra, eguzkia, eta airea."

A azkar irribarre hautsi egin zen gainetik bera aurpegia. "Nik naiz beraz zoriontsu ra jakin zu ulertu nola Ni bizi".

"Zuen bizitza sakratua Kristok esandako egiaren eguneroko erakustaldia da: 'Gizakia ez da ogiz bakarrik biziko, baizik eta Jainkoaren ahotik ateratzen den hitz oroz'". **39-3**

Berriz ere poztu zen nire azalpenarekin. "Hala da, hain zuzen ere. Gaur lurrean nagoen arrazoietakoa bat gizakia Jainkoaren argi ikusezinaren bidez bizi daitekeela frogatzea da, eta ez janariaren bidez bakarrik".

"Ahal zu irakatsi beste batzuk nola ra bizi gabe janaria?"

Bera agertu bat huskeria txundituta. "Nik ezin egin hori; Jainkoa egiten du ez nahi hori."

Begirada haren esku sendo eta dotoreetan erori zenean, Theresek zauri sendatu txiki karratu bat erakutsi zidan bere esku-ahurretan. Esku bakoitzaren atzealdean, ilargi erdi txikiago bat seinalatu zuen. itxurako zauria, sendatu berria. Zauri bakoitza eskutik zuzenean sartzen zen. Ikuskizunak gogorarazi zizkidan ilargi erdi formako burdinazko iltze karratu handi haiek, Ekialdean oraindik erabiltzen direnak, baina Mendebaldean ikusi izana ez dudana gogoratzen.

Santuak bere asteroko transeei buruz zerbait kontatu zidan. "Ikusle babesgabe gisa, Kristoren Pasio osoa ikusten dut". Astero, ostegun gauerdetik ostiral arratsaldeko ordu bata arte, bere zauriak ireki eta odoletan jartzen dira; bere ohiko 121 kiloko pisutik hamar kilo galtzen ditu. Bere maitasun solidarioan biziki sufritzen duen bitartean, Theresek pozik itxaroten ditu asteroko ikuspen hauek. bere Jauna.

Berehala konturatu nintzen haren bizitza bitxiaren asmoa Jainkoak kristau guztiei Itun Berrian jasotako Jesusen bizitzaren eta gurutziltzaketaren benetakotasun historikoa ziurtatzea dela, eta Galileako Maisuaren eta bere debotoen arteko betiko lotura bizia modu dramatikoan erakustea dela.

Irakaslea Wurz erlazionatuta batzuk -ren bere esperientziak -rekin hau santu.

«Gutako hainbatek, Therese barne, egunak ematen ditugu Alemanian zehar turismo-bidaiak egitera», esan zidan. «Kontraste deigarria da: egunean hiru otordu egiten ditugun bitartean, Theresek ez du ezer jaten. Arrosa bat bezain fresko mantentzen da, bidaiak eragiten digun nekeak ukitu gabe. Gosetu eta bide bazterreko ostatuen bila goazen heinean, alai barre egiten du».

Irakasleak xehetasun fisiologiko interesgarri batzuk gehitu zituen: «Theresek

janaririk hartzen ez duenez, urdaila txikitu egin zaio. Ez du gorotzik, baina izerdi-guruinak funtzionatzen dute; azala beti leun eta sendoa du».

-n hau denbora -ren agurra, Ni adierazita ra Teresa nire nahia ra izan oraina -n bera trantzea.

«Bai, mesedez, etorri Konnersreuthera datorren ostiralean», esan zuen adeitasunez.
«Gotzainak baimena emango dizu. Oso pozik nago Eichstatten aurkitu nauzula».

Theresekek eskua astiro eman zigun, askotan, eta gure taldearekin batera joan zen ateraino. Wright jaunak autoaren irratia piztu zuen; santuak barre txiki eta sutsuekin aztertu zuen. Gazte multzo hain handia bildu zen, ezen Therese etxean sartu baitzen. Leiho batean ikusi genuen, eta han haur baten antzera begiratu zigun, eskua astinduz.

Hurrengo egunean Thereseren bi anaiekin, oso jator eta atseginekin, izandako elkarrizketa batetik jakin genuen santuak gauez ordubete edo bi bakarrik lo egiten duela. Gorputzean zauri asko izan arren, aktiboa eta energiaz betea da. Txoriak maite ditu, arrain akuario bat zaintzen du eta maiz lan egiten du bere lorategian. Bere gutunak ugariak dira; deboto katolikoek idazten diote otoitz eta sendatzeko bedeinkapenak eskatzeko. Gaixotasun larrietatik sendatu dira bila dabiltzan asko haren bidez.

Bere anaia Ferdinandek, hogeita hiru urte ingurukoak, azaldu zuen Theresekek, otoitzaren bidez, besteen gaitzak bere gorputzean sendatzeko ahalmena duela. Santuak janaritik aldendu izana garai batekoa da, bere parrokiako gizon gazte baten eztarriko gaixotasuna, ordena santuetara sartzeko prestatzen ari zena, bere eztarrira transferitzeko otoitz egin zuenetik.

Ostegun arratsaldean gure taldeak gotzainaren etxera joan zen autoz, eta hark nire ile luzeak harriduraz begiratu zituen. Berehala idatzi zuen beharrezko baimena. Ez zegoen tasarik; Elizak ezarritako araua Therese turista arrunten erasotik babestea besterik ez da, aurreko urteetan ostiraletan milaka etortzen baitziren.

Ostiral goizean bederatziak eta erdiak aldera iritsi ginen Konnersreuthera. Ohartu nintzen Thereseren etxola txikiak beirazko teilatu berezi bat duela argi asko emateko. Pozik geunden ikustean... Ateak ez zeuden jada itxita, baizik eta zabalik, alaitasun atseginetan. Hogeita bat bisitari ilara zeuden, baimenak eskuan zituztela. Askok urrutitik etorri ziren transe mistikoa ikustera.

Theresekek irakaslearen etxean egin nuen lehen azterketa gainditu zuen, intuizioz jakin baitzuen arrazoi espiritualengatik ikusi nahi nuela, eta ez jakin-min iragankor bat asetzeko soilik.

Nire bigarren proba honako egitate honekin lotuta zegoen: goiko solairura igo baino lehen, neure burua yoga-trantze egoeran jarri nuen berarekin bat egiteko, harreman telepatico eta telebistikoan. Bisitariz betetako bere gelara sartu nintzen; ohean bata zuri batekin etzanda zegoen. Mr.-ekin...

Wright gertutik niri atzetik zihoala, atarian gelditu nintzen, ikuskizun arraro eta izugarri batek txundituta.



THERESE NEUMANN

Ospetsua Katolikoa Estigmatista MOE inspiratuta nire 1935ean erromesaldi
ra Konnersreuth, Bavaria

Odola mehe eta etengabe zerion Thereseren beheko betazaletik, zentimetro bateko zabalerako jario batean. Begirada gora begira zuen, erdiko kopetan zuen begi espiritualean. Buruaren inguruan bildutako oihala arantza-koroaren estigma-zaurietatik odolez blai zegoen. Jantzi zuria gorritz zipriztindu zitzaion bihotzean, Kristoren gorputzak, aspaldi, soldaduak lantza-kolpearen azken iraingarritasuna jasan zuen lekuan, saihetsean zuen zauritik.

Thereseren eskuak ama-keinu batean luzatuta zeuden, erregutuz; aurpegiak tortura eta jainkozko adierazpena zuen aldi berean. Argalagoa zirudien, hainbat modutan aldatuta, bai sotiletan bai kanpotik.

Atzerriko hizkuntza batean hitzak marmarkatuz, ezpain dardarti samarrak zituela hitz egiten zien barne-ikusmenaren aurrean ikusgai zituen pertsoneri.

Harekin sintonizatuta nengoela, bere ikuskariaren eszenak ikusten hasi nintzen. Jesusek gurutzea zeramala begiratzan zuen, jendetzaren artean iseka egiten zuen bitartean. **39-4** Bat-batean, burua altxatu zuen izututa: Jauna zama krudelaren azpian erori zen. Ikuspena desagertu egin zen. Erruki sutsuaren nekeaz, Therese burkoan hondoratu zen astunki.

Une horretan, zarata handi bat entzun nuen nire atzean. Burua segundo batez biratuz, bi gizon ikusi nituen gorputz bat etzanda zeramata. Baina superkontziente egoera sakonetik ateratzen ari nintzenez,... Ez nuen berehala ezagutu eroritako pertsona. Berriro ere Thereseren aurpegian jarri nituen begiak, odol-erreskaten azpian zurbil-zurbila, baina orain lasaia, garbitasuna eta santutasuna irradiatzen.

Geroago atzera begiratu nuen eta Wright jauna ikusi nuen masailean eskua zuela, eta handik odola zeriola. tantaka ari.

"Dick," Ni galdetu zuen antsietatez, "ziren zu hau bat MOE erori?"

"Bai, Ni zorabiatu -n hau beldurgarria ikuskizuna».

"Beno," Ni esan zuen kontsolatzeko moduan, "zu dira ausarta ra itzuli eta begiratu gainean hau ikusmena berriro ere."

Erromesen pazientziaz itxaroten ari ziren ilara gogoratuz, Wright jaunak eta biok isilik agur esan genion Therese-ri eta haren presentzia sakratua utzi genuen. **39-5**

Hurrengo egunean, gure talde txikiak hegoalderantz abiatu zen motorrez, eskertuta ez ginelako trenen menpe, eta Ford autoa nahi genuen lekuan gelditu genezakeelako landa eremuan zehar. Minutu oroz gozatu genuen. bat bira zehar Alemania, Holanda, Frantzia, eta hau Suitzarra Alpeak. Barruan Italia gu egina bat berezia Asisera egindako bidaia apaltasunaren apostoluari, San Frantziskori, omenaldia egiteko. Europako bira Grezian amaitu zen, non Atenasko tenpluak ikusi genituen, eta Sokrates jatorra zegoen espetxea ikusi genuen **39-6** bere heriotza-edabea edan zuen. Miresmenez betetzen da greziarrek nonahi beren fantasiak alabastroan landu dituzten artea.

Mediterraneo eguzkitsuaren gainetik itsasontziz joan ginen, Palestinan lehorreratuz. Egunero Lur Santuan zehar ibiliz, inoiz baino konbentzituago nengoen erromesaldiaren balioaz. Espiritua Kristo nonahi dago Palestinan; errespetuz ibili nintzen haren ondoan Belenen, Getsemanin, Kalbarioan, Olibondoen Mendi Santuan, eta Jordan ibaiaren eta Galileako itsasoaren ertzean.

Gure talde txikiak Jaiotza-etxea, Joseran arotz-tailerra, Lazaroren hilobia, Martaren eta Mariaren etxea, Azken Afariko aretoa bisitatu zituen. Antzinaroa garatu zen; eszenaz eszena, Kristok mendeetan zehar antzeztu zuen jainkozko drama ikusi nuen.

Egiptora, bere Kairo modernoarekin eta piramide zaharrekin. Gero, itsasontzi bat Itsaso Gorri estuan behera, Arabiako itsaso zabalaren gainetik; hara, India!

.....
39-1 : The nabarmena inklusioa hemen -ren bat osatu data da zor ra hau egitate hori nire idazkaria, Jauna Wright, gordeta bat bidaia- egunkaria.

39-2 : Beste liburuak piztuta bera bizitza dira *Teresa Neumann: A Stigmatista -ren Gure Eguna* , eta *Gehiago Kronikak -ren Therese Neumann* , biak Friedrich Ritter von Lamarenak (Milwaukee: Bruce Pub. Co.).

39-3 : *Mateo* 4:4. Gizonaren gorputza bateria da ez eutsia egilea gordina janaria (ogia) bakarrik, baina egilea hau bibraziozko kosmiko energia (hitza edo AUM). Botere ikusezina giza gorputzean sartzen da muina oblongata atearen bidez. Seigarren gorputz-zentro hau lepoaren atzealdean dago, bost bizkarrezur-muineko chakren goialdean (sanskritoz "gurpilak" edo indar irradiatzailearen zentroak). Muina da gorputzak bizi-indar unibertsalaren (AUM) horniduraren sarrera nagusia, eta zuzenean lotuta dago gizakiaren borondate-ahalmenarekin, hirugarren begiko zazpigarren edo Kristoren Kontzientziaren zentroan (*Kutastha*) kontzentratuta. artean hau bekainak. Kosmikoa energia da orduan gordeta gora barruan hau garuna bezala bat urtegia -ren infinitu potentzialtasunak, Vedetan poetikoki aipatzen da " mila petaloko argi-lotoa" bezala. Bibliak beti aipatzen du AUM "Espiritu Santua" edo sorkuntza guztia jainkotiarki eusten duen bizi-indar ikusezina. "Zer? Ez dakizue zuen gorputza zuekgan dagoen Espiritu Santuaren tenplua dela, Jainkoagandik duzuen, eta ez zaretela zeuen jabe?" - 1 *Korintoarrei* 6:19.

39-4 : Zehar hau orduak aurrekoa nire etorrera, Teresa izan dagoeneko gaingitu zehar asko ikuspenak -ren hau itxiera egunak Kristorengan. bizitza. Bera liluraldi normalean hasten da -rekin eszenak -ren hau ekitaldiak zein jarraitua hau

Azkena Afaria. Bera ikuspenak Jesusen gurutziltzapenarekin edo, noizean behin, haren lurperatzearekin amaitzen dira.

39-5 : Teresa du bizirik iraun zuen hau Nazi jazarpena, eta da oraindik oraina barruan Konnersreuth, arabera ra 1945ean Amerikarra Alemaniatik bidalitako albisteak.

39-6 Eusebioren pasarte batek Sokratesen eta hindu jakintsu baten arteko topaketa interesgarri bat kontatzen du. Pasarteak honela dio: "Aristoxeno musikariak indiarrei buruzko istorio hau kontatzen du. Gizon horietako batek Sokratesekin topo egin zuen Atenasen, eta galdetu zion bera zer zen hau esparrua -ren bere filosofia. Bat kontsulta sartu gizaki fenomenoak,' erantzun zuen Sokrates. -n hau hau Indiako eztanda kanpoan barre egiten. Nola ahal bat gizona galdetu sartu gizaki fenomenoak,' bera esan zuen, noiz bera da ezjakin -ren jainkotiar "batak?" Aipatutako Aristoxeno Aristotelesen ikaslea eta harmonikoen idazle ospetsua zen. Bere data K.a. 330. urtea da.

KAPITULUA: 40

Ni Itzuli Hara India

Esker onez arnasten ari nintzen Indiako aire bedeinkatua. Gure *Rajputana itsasontzia* 1935eko abuztuaren 22an iritsi zen Bombayko portu erraldoian. Itsasontzitik irten nintzen lehen eguna ere, hurrengo urtearen aurrerapen bat izan zen: hamabi hilabeteko etengabeko jarduera. Lagunak kaian bildu ziren lore-loreekin eta agurrekin; laster, Taj Mahal hoteleko gure suitean, kazetari eta argazkilarien uholde bat etorri zen.

Bombay hiri berria zen niretzat; energetikoki modernoa iruditu zitzaidan, Mendebaldeko berrikuntza askorekin. Palmondoek bulebar zabalak estaltzen dituzte; estatu-eraikin bikainak tenplu zaharrekin lehiatzen dira. Hala ere, oso denbora gutxi eman nion turismoari; pazientziarik gabe nengoen, nire guru maitea eta beste maite batzuk ikusteko irrikitan. Ford-a ekipaje-bagoi batera utzi ondoren, gure taldea laster abiatu zen ekialderantz trenez, Kalkutarantz. **40-1**

Howrah geltokira iritsi ginenean, hain jendetza handia bildu zen guri ongietorria emateko, ezen denbora batez ezin izan baikenuen trenetik jaitsi. Kasimbazarreko Maharaja gaztea eta nire anaia Bishnu harrera batzordearen buru ziren; ez nengoen prestatuta gure ongietorriaren berotasun eta handitasunerako.

Automobil eta motozikleta ilara baten aurretik, eta danbor eta itsas maskorren soinu alaiaren artean, Bletch andereñoa, Wright jauna eta ni, burutik oinetaraino lore-girlandaz apainduta, poliki-poliki joan ginen aitaren etxera.

Nire guraso zaharrak besarkatu ninduen, hildakoen artetik itzultzen den bat bezala; luzez elkarri begira egon ginen, pozaren pozez hitzik gabe. Anai-arrebak, osaba-izebak eta lehengusuak, aspaldiko ikasleak eta lagunak nire inguruan bildu ziren,

begi lehorrik ez gure artean. Orain memoriaren artxiboetara igarota, maitasunezko elkartzearen eszena bizirik dirau, ahaztezina nire bihotzean.

Bezala -rako nire bilera -rekin Sri Yukteswar, hitzak huts egin ni; utzi hau jarraituz deskribapena -tik nire

idazkari nahikoa.

«Gaur, itxaropen handienez beteta, Yoganandaji Kalkutatik Seramporeraino eraman dut», idatzi zuen Wright jaunak bere bidaia-egunkarian. «Denda bitxien ondotik pasa gara, horietako bat Yoganandajik unibertsitateko garaian zuen jatetxe gogokoena izan zena, eta azkenean kale estu eta harresitu batera sartu gara. Bat-batean ezkerretara biratu, eta han gure aurrean ageri zen bi solairuko ashrama sinple baina inspiratzailea, bere balkoi espainiar estilokoa goiko solairutik ateratzen zelarik. Inpresio orokorra bakardade baketsuarena zen».

"Apaltasun handiz, Yoganandajiren atzetik ermitaren hormen barruko patiora sartu nintzen. Bihotzak taupaka, zementuzko eskailera zahar batzuetatik igo ginen, zalantzarik gabe, egia-bilatzaile ugarik zapalduta. Tentsioa gero eta handiagoa bihurtu zen aurrera egin ahala. Gure aurrean, eskaileren burutik gertu, isilik agertu zen Swami Sri Yukteswarji Handia, jakintsu baten jarrera noblean zutik ."

"Bihotza taupaka eta puztuta sentitu nuen haren presentzia sublimean egotearen pribilegioaz bedeinkatua nengoela. Malkoek lausotu zidaten begirada irrikaz Yoganandajik belauniko jarri eta burua makurtuta bere arimaren esker ona eta agurra eskaini zituenean, eskuarekin bere guruaren oinak ukituz eta gero, apaltasunez, bere burua. Orduan altxatu zen eta Sri Yukteswarjik bularraren bi aldeetatik besarkatu zuen."

"Hasieran ez zen hitzik esan, baina sentimendurik biziena arimaren esaldi mutueta adierazi zen. Nola distira egiten zuten haien begiek eta nola piztuta zeuden arima-batasun berrituaren berotasunaz! Bibrazio samur bat zabaldu zen patio isilean zehar, eta eguzkiak ere hodeiak saihestu zituen bat-bateko aintza-distira bat gehitzeko."

"Maisuaren aurrean belauniko jarrita, nire maitasun eta eskerrik asko adierazi gabe eman nizkion, haren ukituz" oinak, denborak eta zerbitzuek gogortuak, eta bere bedeinkapena jasotzen. Orduan zutik jarri eta biri aurre egin nien begi sakon ederrak, introspektzioz distiratsuak, baina poz-pezik distiratsuak. Bere egongelan sartu ginen, eta bere alde osoa kanpoko balkoira irekitzen zen, kaletik lehen aldiz ikusten zena. Maisua sofa zahar baten kontra bermatu zen, zementuzko zoruan zegoen koltxoi estali batean eserita. Yoganandaji eta biok guruaren oinen ondoan eseri ginen, laranja koloreko burkoekin makurtu eta gure posizioak lasaitzeko. lastozko alfonbra gainean.

"Bi Swamijien arteko bengalerazko elkarrizketa ulertzen saiatu nintzen behin eta berriz; izan ere, ingelesa, ohartu nintzen, hutsala da elkarrekin daudenean, nahiz eta Swamiji Maharajek, beste batzuek guru handiari deitzen dioten bezala, hitz egin dezakeen eta askotan hitz egiten duen. Baina Handiaren santutasuna hauteman nuen bere irribarre hunkigarriaren eta begi distiratsuen bidez. Bere elkarrizketa alai eta serioan erraz hautematen den ezaugarri bat adierazpenetan

duen positibotasun irmoa da; gizon jakintsu baten ezaugarria, badakiela dakiena, Jainkoa ezagutzen duelako. Bere jakinduria handia, helburuaren indarra eta erabakitasuna modu guztietan agerikoak dira."

"Noizean behin errespetuz aztertuz, konturatu nintzen gorputz handi eta atletikoa zela, uko egitearen probek eta sakrifizioek gogortua. Bere jarrera dotorea da. Kopeta nabarmenki okertua, bezala..." baldin eta bilatzen hau zeruak, nagusitzen da bere jainkotiar aurpegia. Bera du bat baizik handi eta etxekoa sudurra,

unetan entretenitzen duen horrekin, hatzekin irauli eta mugituz, haur bat bezala. Bere begi ilun indartsuak eraztun urdin etereo batek inguratzen ditu. Erdian banatutako ilea zilar kolorekoa da hasieran eta gero zilar-urre eta zilar-beltz koloreko marra bihurtzen da, sorbaldetan kizkurretan amaitzen dena. Bizarra eta bibotea urriak edo meheagoak ditu, baina bere ezaugarriak nabarmentzen dituztela dirudi eta, bere izaera bezala, sakonak eta argiak dira aldi berean.

"Barre alai eta alaia du, bularraren sakonetik datorrena, gorputz osoan dardarka eta dardarka jartzen duena; oso alaia eta zintzoa. Aurpegia eta gorpuzkera harrigarriak dira beren indarraz, baita bere hatz gihartsuak ere. Pauso duin eta jarrera tente batekin mugitzen da."

Dhoti eta alkandora arruntak zeramatzan soinean , biak okre kolore biziz tindatuak, baina orain... " laranja kolore zurbildu bat.

"Ingurura begiratuz, ohartu nintzen gela hondatu samar honek jabeak erosotasun materialekiko loturarik ez zuela iradokitzen zuela. Ganbera luzeko horma zuri eguraldiaren ondorioz zikinduak igeltsu urdin desagertzen ari zenez zipriztinduak zeuden. Gelaren mutur batean Lahiri Mahasayaren irudi bat zegoen zintzilik, debozio xume batekin apainduta. Yoganandaji Bostonera lehen aldiz iritsi zenean erakusten zuen irudi zahar bat ere bazegoen, Erlijioen Kongresuko beste ordezkariekin zutik."

Modernitatearen eta zaharkituaren arteko nahasketa bitxi bat nabaritu nuen. Kristalezko kandela-argi erraldoi bat armiarma-sarek instalita zegoen erabilerarik gabe, eta horman egutegi distiratsu eta eguneratu bat zegoen. Gela osoak bake eta lasaitasun usaina zerion. Balkoiaren atzean koko-arbolak ermitaren gainean, isiltasunean babestuta, ikus nitzakeen.

"Interesgarria da maisuak eskuak txalo jo besterik ez duela egin behar ikustea, eta, amaitu aurretik, dizipulu txiki batek zerbitzatzen edo laguntzen diola. Bide batez, horietako batek asko erakartzen nau: Prafulla izeneko mutil argal batek, 40-2 " sorbaldetaraino iristen zen ile beltz luzea, begi beltz distiratsu pare sarkor bat eta irribarre zerutiar bat; begiak distira egiten diote, ahoaren ertzak altxatzen diren heinean, ilunabarrean agertzen diren izarrak eta ilargi erdia bezala.

Swami Sri Yukteswarjiaren poza, jakina, bizia da bere 'produktua' itzultzean (eta 'produktuaren produktuaren' inguruan jakin-min pixka bat duela dirudi). Hala ere, Handiaren izaeran jakinduria alderdiaren nagusitasunak bere sentimenduen kanpoko adierazpena oztopatzen du.

"Yoganandajik opari batzuk eman zizkion, ohitura den bezala dizipulua bere guruarengana itzultzen denean. Geroago eseri ginen otordu sinple baina ondo prestatu bat hartzeko. Plater guztiak barazki eta arroz konbinazioak ziren. Sri Yukteswarji pozik zegoen hainbat ohitura indiar erabili nituelako, 'hatzarekin jatea'

adibidez."

"Bengaleraz esaldiak esan eta irribarre bero eta begirada alaiak trukatu ondoren, haren oinetan agurtu eta *pronam batekin agur esan genion* , 40-3" eta Kalkutara abiatu zen topaketa eta agur sakratu baten oroitzapen betiko batekin. Berari buruz ditudan kanpoko inpresioei buruz idazten dudan arren, beti izan nintzen kontziente santuaren benetako oinarriaz: bere aintza espiritualaz. Ni haren boterea sentituen, eta sentimendu hori nire bedeinkapen jainkotiar gisa eramango dut."

Amerikatik, Europatik eta Palestinatik opari asko ekarri nizkion Sri Yukteswarri. Irribarrez jaso zituen, baina ezer esan gabe. Nire erabilerarako, Alemanian aterki-makila konbinatu bat erosi nuen. Indian, makila Maisuari ematea erabaki nuen.

"Opari hau benetan eskertzen dut!" Nire guruaren begiak maitasunez zuzendu zitzaizkidan ulermenaren eman zuen iruzkin ezohikoa egin zuenean. Opari guztien artean, makila aukeratu zuen bisitariei erakusteko.

«Maisu, mesedez, utzi egongelarako alfonbra berri bat ekartzen». Ohartu nintzen Sri Yukteswarren tigre-larrua alfonbra urratu baten gainean jarrita zegoela.

«Egin ezazu, nahi baduzu». Nire guruaren ahotsa ez zen gogotsua. «Hara, nire tigre-esterilla polita eta garbia da; ni naiz monarka nire erreinu txikian. Haratago mundu zabala dago, kanpoko gauzetan bakarrik interesatzen dena».

Hitz hauek esan zituenean, urteak atzera egiten sentitu nituen; berriro ere dizipulu gazte bat naiz, zigorraren eguneroko sutan purifikatua!

Serampore eta Kalkutatik alde egin bezain laster, Wright jaunarekin batera Ranchirantz abiatu nintzen. Zer ongietorria, benetako txalo zaparrada bat! Malkoak begietan nituen hamabost urteko absentsian eskolaren bandera altxatzen mantendu zuten irakasle altruistak besarkatu nituenean. Egoitzan eta eguneko ikasleen aurpegi alaiek eta irribarre alaiek lekukotasun handia ematen zuten haien eskola eta yoga prestakuntza anitzaren balioari.

Hala ere, tamalez! Ranchiko erakundea arazo ekonomiko larrietan zegoen. Sir Manindra Chandra Nundy, Kasimbazar jauregia eskola zentral bihurtu zioten eta printze-dohaintza asko egin zituen maharaja zaharra, hilda zegoen. Eskolako hainbat ezaugarri dohain eta onbera larriki arriskuan zeuden, jendearen laguntza nahikorik ez zegoelako.

Ez nituen urteak eman Amerikan bertako jakinduria praktikoa, oztopen aurrean zuen espiritu ausarta ikasi gabe. Astebetez Ranchin egon nintzen, arazo larriekin borrokan. Gero, elkarrizketak izan nituen Kalkutan lider eta hezitzaile ospetsuekin, elkarrizketa luzea Kasimbazarreko Maharaja gaztearekin, aitari egindako erregu ekonomikoa, eta hara! Ranchiren oinarri ezegonkorrak zuzentzen hasi ziren. Dohaintza asko, txeke erraldoi bat barne, garaiz iritsi ziren... nire ikasle amerikarrak.

Indiara iritsi eta hilabete gutxiren buruan, Ranchi eskola legez eratuta ikustearen poza izan nuen. Yoga hezkuntza zentro iraunkor bat izateko nire bizitzako ametsa bete zen. Ikuspegi horrek gidatu ninduen 1917an zazpi mutilez osatutako talde batekin izandako hasiera xumeetan.

1935etik aurrerako hamarkadan, Ranchik bere esparrua mutilen eskolatik haratago zabaldu du. Gaur egun, jarduera humanitario zabalak egiten dira bertan Shyama Charan Lahiri Mahasaya Misioan.

Eskolak, edo Yogoda Sat-Sanga Brahmacharya Vidyalayak, gramatika eta batxilergoko gaietan kanpoko klaseak ematen ditu. Egoitzan dauden ikasleek eta eguneko ikasleek lanbide heziketa ere jasotzen dute.

nolabaiteko prestakuntza. Mutilek eurek arautzen dituzte beren jarduera gehienak batzorde autonomoen bidez. Irakasle gisa nire ibilbidearen hasieran konturatu nintzen irakasle bat gainditzeko gozatzen duten mutilek pozik onartzen dituztela ikaskideek ezarritako diziplina-arauak. Ni neu ez nintzen inoiz ikasle eredugarria izan, eta prest nengoen mutilen txantxa eta arazo guztiekiko enpatia handiz.

Kirolak eta jolasak sustatzen dira; zelaiak hockey eta futbol entrenamenduekin oihartzun egiten dute. Ranchiko ikasleek askotan irabazten dute kopa lehiaketa ekitaldietan. Aire zabaleko gimnasioa oso ezaguna da. kargatzea zehar borondatea boterea da hau *Yogoda* ezaugarria: mental norabidea -ren bizitza energia gorputzeko edozein ataletara. Mutilei *asanak* (jarrerak), *ezpata* eta *lathi* (makila) jolasa eta jiu-jitsua ere irakasten zaizkie. The Yogoda Osasuna Erakusketak -n hau Ranchi *Vidyalaya* izan izan bertaratu milaka .

Lehen hezkuntzako irakaskuntza hindieraz ematen zaie *Kol* , *Santal* eta *Munda* tribu aborigenei, probintziakoei. Neskentzako klaseak antolatu dira inguruko herrixketan.

Kriya Yogaren hastapena da . Mutilek egunero praktikatzen dituzte ariketa espiritualak, *Gita* kantuan parte hartzen dute, eta sinpletasunaren, autosakrifizioaren, ohorearen eta egiaren bertuteak irakasten zaizkie printzipio eta adibideen bidez. Gaizkia miseria sortzen duen zerbait dela adierazten zaie; ona benetako zoriontasuna dakarren ekintzak bezala. Gaizkia ezti pozoitsuarekin konpara daiteke, tentagarria baina heriotzaz betea.

Gorputzaren eta buruaren ezinegona kontzentrazio tekniken bidez gainditzeko emaitza harrigarriak lortu ditu: ez da nobedadea Ranchin bederatzi edo hamar urteko irudi txiki erakargarri bat eserita ikustea Ordubetz edo gehiagor, lasaitasun etengabea, begirada etengabea begi espiritualera zuzenduta. Askotan itzuli zait burura Ranchiko ikasle hauen irudia, mundu osoko unibertsitateko ikasleak ia ezinezkoa zaiela klase-ordu bakar batean geldirik egoteko behatzen ditudanean. **40-4**

Ranchi itsas mailatik 600 metrora dago; klima epela eta epela da. Hogeita bost hektareako lursailak, bainatzeko urmael handi baten ondoan, Indiako sagastirik onenetako bat dauka: bostehun fruta-arbola, mangoa, guaiaba, litxia, jaka, datilak. Mutilek beren barazkiak hazten dituzte eta beren *txakrakak haritzen dituzte* .

Mendebaldeko bisitarientzat irekita dago ostatu bat. Ranchiko liburutegiak aldizkari ugari ditu, eta mila liburuki inguru ingelesez eta bengaleraz, Mendebaldeko eta Ekialdeko dohaintzak. Munduko idatzi santuen bilduma bat dago. Ondo sailkatutako museo batek erakusketa arkeologikoak, geologikoak eta antropologikoak erakusten ditu; neurri handi batean, Jaunaren lur anitzetan zehar egindako nire ibileren garaikurrak.

Lahiri Mahasaya Misioaren ospitale eta dispentsario karitatiboek, urruneko herrixketan kanpoko sukurtsal asko dituztenek, Indiako 150.000 pobreri eman diete dagoeneko zerbitzua. Ranchiko ikasleak lehen laguntzetan trebatuta daude, eta zerbitzu txalogarria eman diote beren probintziari uholde edo gosete garai tragikoetan.

Sagastian Shiva tenplu bat dago, Lahiri Mahasaya maisu bedeinkatuaren estatua duena. Eguneroko otoitzak eta idatzi santuen klaseak egiten dira lorategian, mango-pertzepean.

Ranchiko egoitza eta yoga ezaugarriekin osatutako bigarren hezkuntzako eskolak ireki dira eta orain loratzen ari dira. Lakshmanpurren dagoen mutilentzako Yogoda Sat-Sanga Vidyapith (Eskola) dira. Biharren; eta Yogoda Sat-Sanga Bigarren Hezkuntzako Eskola eta Midnaporeko Ejmalichaken ermita.

Yogoda Math dotore bat 1939an inauguratu zen Dakshineswarren, Ganges ibaiaren ertzean bertan. Kalkutatik iparraldera kilometro gutxira, ermita berriak bakearen babesleku bat eskaintzen die hiriko biztanleei. Ostatu egokiak daude mendebaldeko gonbidatuentzat, eta batez ere bizitza errealizazio espiritualari biziki eskaintzen dioten bilatzaileentzat. Yogoda Math-en jardueren artean, Indiako hainbat lekutako ikasleei Self-Realization Fellowship-eko irakaspenak bi astean behin bidaltzea dago.

Esan beharrik ez dago hezkuntza eta giza jarduera horiek guztiek irakasle eta langile askoren zerbitzu eta debozio amorratua eskatu dutela. Ez ditut haien izenak hemen zerrendatzen, hainbeste direlako; baina nire bihotzean bakoitzak bere toki distiratsua du. Lahiri Mahasayaren idealak inspiratuta, irakasle hauek munduko helburu itxaropentsuak alde batera utzi dituzte apaltasunez zerbitzatzeko, asko emateko.

dhoti soil bat jantzita, denbora batez bizi izan zen haien artean. Ranchin, Calcuttan, Serampore-n, noranahi joaten zen, nire idazkaria, zeinak... deskribapen-dohain bizia zuenez, bere bidaia-egunkaria atera zuen bere abenturak idazteko. Arratsalde batean galdera bat egin zion.

"Dick, zer da zure inpresioa -ren India?"

"Bakea", bera esan zuen pentsakor. "The arraza aura da bakea."

.....
40-1 : Gu hautsi egin zen gure bidaia barruan Erdialdea Probintziak, erdibidean zehar hau kontinentea, ra ikusi Mahatma Gandhi -n Wardha. Egun horiek 44. kapituluan deskribatzen dira .

40-2 : Prafulla zen hau mutil MOE izan izan oraina -rekin Maisua noiz bat kobra hurbildu (ikus orrialde 116).

40-3 : Literalki, "santua izena," bat hitz -ren agurra artean Hinduak, lagunduta egilea esku-ahurra tolestuta eskuak altxatu -tik hau Bihotza kopetara agurtzean. Indian *pranam* batek hartzen du mendebaldeko agurra eskua emanaz.

40-4 Kontzentrazio-teknika batzuen bidezko entrenamendu mentalak memoria handiko gizonak sortu ditu Indiako belaunaldi bakoitzean. Sir T. Vijayaraghavachari, *Hindustan Times* egunkarian, Madrasko "memoria-gizon" profesional modernoek egindako probak deskribatu ditu. "Gizon hauek", idatzi zuen, "oso ikasiak ziren sanskritoazko literaturan. Publiko handi baten erdian eserita, publikoko hainbat kidek aldi berean egiten zizkieten proben parekoak ziren. Proba honelakoa izango zen: pertsona batek kanpai bat jotzen hasiko zen, 'memoria-gizonak' dei kopurua zenbatu beharko zuelarik. Bigarren pertsona batek paper batetik aritmetikako ariketa luze bat diktatuko zuen, batuketa, kenketa, biderketa eta zatiketa barne. Hirugarren batek Ramayana edo Mahabharatatik *errezitatzen jarraituko zuen* serie luze bat... -ren poemak, zein izan ra izan erreproduzitu; bat laugarren egingo nuke multzo arazoak barruan bertsolaritza zein beharrezkoa hau osaera bertsoak barruan egokia metro piztuta bat emanda gaia, bakoitza lerro ra amaiera barruan bat zehaztu hitza, bat bosgarren gizona egingo nuke eraman piztuta -rekin bat seigarrenik, eztabaida teologiko bat, zeinaren hizkuntza zehatza eztabaidatzaileek zuzendutako ordena zehatzean aipatu behar zen, eta zazpigarren gizon bat gupil bat biratzen ari zen bitartean, zeinaren bira kopurua zenbatu behar zen. The memoria aditu izan aldi berean ra egin guztiak hauek balentriak guztiz egilea mental prozesuak, bezala bera zen baimenduta paperik eta arkatzik gabe. Gaitasunen gainera tentsioa izugarria izan behar zen. Normalean, inkontzienteki inbidia duten gizonek gutxiesteko joera dute halako ahaleginak egilea eragiten ra sinetsi hori haiek inplikatu bakarrik hau ariketa -ren hau beheago

funtzionamenduak. -ren hau garuna. Ez da, ordea, memoria kontua soilik. Faktore nagusia gogoaren kontzentrazio izugarria da.

KAPITULUA: 41

Bat Idiloa Barruan Hegoaldea India

"Zu dira hau lehenengo Mendebaldekoa, Dick, inoiz ra sartu hori santutegi. Asko beste batzuk izan saiatu barruan hutsala."

Nire hitzak entzutean, Wright jaunak harrituta begiratu zuen, eta gero pozik. Indiako hegoaldeko Mysore-ri begira dauden muinoetan dagoen Chamundi tenplu ederretik irten berri ginen. Han, urrearen eta... zilar aldareak -ren hau Jainkosa Chamundi, babesle jainko -ren hau familia -ren hau erregealdi maharaja.

«Ohore paregabe honen oroigarri gisa», esan zuen Wright jaunak, bedeinkatutako arrosa petalo batzuk arretaz gordetzen zituela, «beti gordeko dut lore hau, apaizak arrosa-urarekin ihinzatua».

Nire laguna eta ni **41-1** 1935eko azaroa Mysore estatuko gonbidatu gisa igarotzen ari ziren. Maharaja, Sri Krishnaraja Wadiyar IV.a, printze eredugarria da, bere herriarekiko debozio adimentsua duena. Hindu jainkotiarra izanik, Maharajak musulman bat, Mirza Ismail gaia, ahaldundu du bere Dewan edo Lehen Ministro gisa. Mysoreko zazpi milioi biztanleei herri ordezkaritza ematen zaie bai Batzarrean bai Legegintza Kontseiluan.

Maharajaren oinordekoak, Yuvarajak, Sir Sri Krishna Narasingharaj Wadiyarrek, nire idazkaria eta biok gonbidatu gintuen bere erreinu argitu eta aurrerakoia bisitatzera. Azken bi asteetan, Mysoreko milaka herritar eta ikasleri hitz egin diet Udaletxean, Maharajaiaren Fakultatean, Unibertsitateko Medikuntza Eskolan; eta Bangaloreko hiru bilkura jendetsutan, Batxilergo Nazionalean, Erdi Mailako Fakultatean eta Chettyko Udaletxean, non hiru mila pertsona baino gehiago bildu ziren. Entzule sutsuek Amerikaren irudi distiratsua marraztu nuena sinetsi ahal izan zuten ala ez, ez dakit; baina txaloak beti izan dira ozenenak Ekialdearen eta Mendebaldeko ezaugarri onenen truketik etor zitezkeen elkarrekiko onurez hitz egiten nuenean.

Wright jauna eta biok bake tropikalean erlaxatzen ari ginen orain. Bere bidaia-egunkariak Mysoreko bere inpresioen berri ematen du honako hau:

Arroz-soro berde distiratsuak, azukre-kanabera-landare borladunek nahastuta,

muino harritsuen oin babesleetan daude kokatuta —esmeralda koloreko panoraman harri beltzen geruza gorrien antzera zipriztintzen dituzten muinoak—, eta koloreen jokoa areagotu egiten da eguzkia bat-batean eta modu dramatikoan desagertzean, muino solemneen atzean atsedean bila dabilen bitartean.

"Askok liluratuta uneak izan izan gastatu barruan begira, ia absente- gogotsu, -n hau beti-

Jainkoaren mihise aldakorra zeruan zehar luzatuta, bere ukituak bakarrik sor baititzake bizitzaren freskotasunarekin bibratzen duten koloreak. Koloreen gaztetasun hori galtzen da gizakia pigmentu soilekin imitatzen saiatzen denean, Jaunak euskarri sinpleago eta eraginkorrago batera jotzen baitu: ez olioak ez pigmentuak diren olioak, argi izpi hutsak baizik. Argi zipriztin bat botatzen du hemen, eta islatzen du gorria; berriro astindu zuen pintzela eta pixkanaka laranja eta urrez nahasten zen; gero, kolpe zorrotz batekin Bera labankada hau hodeiak - rekin bat marra -ren morea hori hostoak bat kizkurra edo ertza -ren gorria jariatzen hodeietako zauritik; eta horrela, etengabe, jolasten du, gauez eta goizez berdin, etengabe aldatzen, etengabe berria, etengabe freskoa; ez eredurik, ez errepikapenik, ez kolore berdin-berdinak. Indiako egunetik gauera aldaketaren edertasuna beste leku batzuetan paregabea da; askotan zeruak Jainkoak dena hartu izan balu bezala ematen du Bere kitaren koloreak eta zerurantz jaurtiketa kaleidoskopiko indartsu bat eman zien.

"Krishnaraja Sagar presa erraldoira ilunabarrean egindako bisitaren handitasuna kontatu behar dut, **41-2**" Mysoretik hamabi miliara eraikia. Yoganandaji eta biok autobus txiki batera igo eta, mutiko txiki bat biradera edo bateria ordezkotako ofizial gisa genuela, lurrezko bide leun batetik abiatu ginen, eguzkia sartzen ari zen une berean. horizontean ezkututzen eta tomate helduegi bat bezala zapaltzen.

"Gure bidaiak nonahi dauden arroz-soro karratuetatik igaro zen, baniano lasaigarrien lerro batetik" zuhaitzak, koko palmondo erraldioen artean, oihan bateko landaretza bezain trinkoa zuena, eta azkenean, muino baten gailurrera hurbilduz, aurrez aurre aurkitu genuen aintzira artifizial erraldoi bat, non islatzen zen hau izarrak eta ertza -ren palmondoak eta beste zuhaitzak, inguratuta egilea ederra terrazadun lorategiak eta presaren ertzean argi elektriko ilara bat - eta azpian gure begiek geiser itxurako iturrietan jolasean ari ziren koloretako izpien ikuskizun liluragarri bat topatu zuten, tinta distiratsuko hainbeste erreka isurtzen bezala - ur-jauzi urdin ederrak, katarata gorri deigarriak, zipriztin berde eta horiak, ura botatzen zuten elefanteak, Chicagoko Munduko Azokaren miniatura bat, eta hala ere modernoki nabarmena arroz-soroen eta jende xumearen lurralde zahar honetan, hain ongi etorri maitekorra eman diguna, ezen nik... beldur naiz Yoganandaji Amerikara ekartzeko nire indarra baino gehiago beharko dela.

"Beste pribilegio arraro bat: nire lehen elefante-ibilaldia. Atzo Yuvarajak bere udako jauregira gonbidatu gintuen bere elefante erraldoi baten gainean ibiltzeko. Zetazko kuxinekin estalitako eta kaxa itxurako *howdah* edo zelara igotzeko emandako eskailera batean igo nintzen; eta gero, bueltaka, astinduz, kulunkatuz eta amildegia batera jaisten nintzen, kezkatzeko edo oihu egiteko gehiegi hunkituta, baina bizitzaren poderioz eutsirik!"

India hegoaldea, aztarna historiko eta arkeologikoz betea, xarma zehatza eta, aldi berean, definiezina duen lurraldea da. Mysoreren iparraldean, Indiako estatu natibo handiena dago, Hyderabad, Godavari ibai ahaltsuak ebakitako goi-ordoki

pintoreskoa. Lautada emankor zabalak, Nilgiri edo "Mendi Urdinak" ederrak, kareharritzko edo granitozko muino antzuak dituzten beste eskualde batzuk. Hyderabad-en historia istorio luze eta koloretsua da, duela hiru mila urte hasi zena Andhra erregeen garaian, eta hindu dinastien garaian jarraitu zuena 1294. urtera arte, musulman agintarien leinu baten eskuetara igaro zen arte. egun honetan.

Indiako arkitektura, eskultura eta pinturaren erakusketa harrigarriena Hyderabad-en dago, Ellora eta Ajanta-ko antzinako harkaitz-eskulturazko kobazuloetan. Ellora-ko Kailasa tenplu monolitiko erraldoia da, eta jainkoen, gizonen eta piztien irudi zizelkatuak ditu, Michelangelo baten proportzio harrigarrietan. Ajanta bost katedral eta hogeita bost monasterioren kokalekua da.

harkaitz-indusketa guztiak fresko margotutako zutabe izugarriek mantentzen dituzte, eta artistek eta eskultoreek beren jenioa hilezkortu dute.

Hyderabad hirian Osmania Unibertsitatea eta Mecca Masjid meskita ikusgarria daude, non hamar mila musulman bildu daitezkeen otoitz egiteko.

Mysore estatua ere paisaia zoragarri bat da, itsas mailatik hiru mila oin gora, baso tropikal trinkoz betea, elefante basatien, bisonteen, hartzen, panteren eta tigreen bizilekua. Bere bi hiri nagusiak, Bangalore eta Mysore, garbiak eta erakargarriak dira, parke eta lorategi publiko askorekin.

Hindu arkitektura eta eskulturak Mysoren lortu zuten perfekzio gorena, XI. mendetik XV. mendera bitartean hindu erregeen babespean. Belurreko tenplua, XI. mendeko maisulana, Vishnuvardhana erregearen erregealdian amaitua, munduan paregabea da xehetasunen fintasunagatik eta irudi oparotasunagatik.

Mysoreko iparraldean aurkitutako harkaitz-zutabeak K.a. III. mendekoak dira, eta Asoka erregearen oroimena argitzen dute. Garai hartan nagusi zen Maurya dinastiaren tronuan igo zen; bere inperioak egungo India, Afganistan eta Balutxistan ia osoa hartzen zuen. Mendebaldeko historialariek ere agintari paregabetzat hartzen duten enperadore ospetsu honek jakinduria hau utzi du harkaitz-oroigarri batean:

Erljio-inskripzio hau grabatu da gure seme-alabek eta bilobek pentsa ez dezaten Konkista berri bat beharrezkoa da; ez dezatela pentsa ezpataren bidezko konkistak konkista izena merezi duenik; suntsipena eta indarkeria baino ez dezatela ikus bertan; erlijioaren konkista izan ezik benetako konkistatzat ez dezatela hartu. Konkista horiek balioa dute mundu honetan eta hurrengoan.



Nire lagunak eta Ni jarrera aurretik hau "ametsa barruan marmola," hau Taj Mahala -n Agra.

Asoka Chandragupta Maurya (greziarrek Sandrocottus bezala ezagutzen zuten) ikaragarriaren biloba zen, eta gaztetan Alexandro Handia ezagutu zuen. Geroago, Chandraguptak Indian geratzen ziren mazedoniar goarnizioak suntsitu zituen, Seleukoren greziar armada inbaditzailea garaitu zuen Punjaben, eta gero Megasthenes enbaxadore heleniarra hartu zuen bere Patnako gortean.

Istorio oso interesgarriak zehatz-mehatz jaso dituzte greziar historialariek eta Alexandro Indiara egindako espedizioan lagundu edo jarraitu zioten beste batzuek. Arriano, Diodororen narrazioak, Plutarko, eta Estrabon hau geografo izan izan itzulia egilea Doktorea J. W. M'Crindle **41-3** antzinako Indiari argi-izpi bat botatzeko. Alexandroren inbasio porrotatsuaren ezaugarriarik miresgarriena filosofia hinduarekiko eta noizean behin aurkitzen zituen yogi eta gizon santuekiko erakutsi zuen interes sakona izan zen, eta haien laguntasuna irrikaz bilatzen zuen. Gerlari greziarra Indiako iparraldeko Taxilara iritsi eta gutxira, mezulari bat bidali zuen, Onesikritos, Diogenesen eskola helenikoaren dizipulua, irakasle indiar bat, Dandamis, sannyasi handi bat, ekartzera. Taxila.

«Agur zuri, brahmanen irakasle hori!», esan zuen Onesikritosek Dandamis bere basoko babeslekuan bilatu ondoren. «Zeus jainko ahaltsuaren semeak, gizon guztien Jaun Gorena den Alexandrok, berarengana joateko eskatzen dizu, eta amore ematen badiozu, opari handiekin sarituko zaitu, baina uko egiten badiozu, burua moztuko dizu!»

Yogiak lasaitasunez jaso zuen gonbidapen nahiko konpultsibo hau, eta "ez zuen burua ere altxatu hostozko ohetik".

«Ni ere Zeusen semea naiz, Alexandro halakoa bada», esan zuen. «Ez dut Alexandroren ezer nahi, daukadanarekin konformatzen bainaiz, itsasoan eta lehorrean zehar bere gizonekin abantailarik gabe dabilela ikusten dudana bitartean, eta bere ibilaldiei ez diela inoiz amaierarik ematen».

"Zoaz Alexandrori eta esan iezaiozu Jainko Gorena den Erregea ez dela inoiz bidegabekeria lotsagabearen Egilea, baizik eta argiaren, bakearen, bizitzaren, uraren, gizakiaren gorputzaren eta arimen Sortzailea; heriotzak askatzen dituenean, gizaki guztiak hartzen ditu, inola ere gaixotasun gaiztoen menpe ez daudelarik. Bera bakarrik da nire omenaldiaren Jainkoa, sarraskia gorrotatzen duena eta gerrarik ez bultzatzen duena.

«Alexander ez da jainkoa, heriotza dastatu behar baitu», jarraitu zuen jakintsuak isilik mespretxuz. «Nola izan daiteke horrelako bat munduaren jaun, oraindik barne-tronu batean eseri ez bada?» unibertsalaren nagusitasuna? Oraindik ez da Hadesera bizirik sartu, ezta haren bidea ezagutzen ere hau eguzkia zehar hau erdiguneko eskualdeak -ren hau lurra, bitartean hau nazioak piztuta bere mugak izan ez dut haren izena ere entzun!

Zigor honen ondoren, "Munduko Jaunaren" belarriak erasotzeko bidalitako zigorrik kaustikoena, zalantzarik gabe, jakintsuak ironikoki gaineratu zuen: "Alexandroren egungo lurak ez badira nahikoa bere nahietarako, zeharkatu dezala Ganges ibaia; han aurkituko du bere gizon guztiak elikatzeko gai den eskualde bat," alde honetako lurraldea estuegia bada hura hartzeko. **41-4**

"Jakin ezazu hau, ordea, Alexandrok eskaintzen dituenak eta agintzen dituen opariak guztiz alferrikakoak direla niretzat; baloratzen ditudan eta benetako erabilera eta balioa duten gauzak nire hosto hauek dira."

etxea, eguneroko janaria ematen didaten landare loratu hauek eta edaria den ura; bitartean, arduraz pilatutako beste ondasun guztiak hondamendizkoak izan ohi dira biltzen dituztenak, eta atsekabea eta atsekabea baino ez dute eragiten, eta horiekin hilkor pobre oro guztiz josita dago. Ni, berriz, basoko hostoen gainean etzanda nago, eta zaindu beharreko ezer ez dudanez, begiak ixten ditut lo lasai batean; zaindu beharreko zerbait banu, loa uxatu egingo nuke. Lurrak dena ematen dit, ama batek bere haurrari esnea ematen dion bezala. Nahi dudan lekura joaten naiz, eta ez dago neure burua zamatzera behartuta nagoen kezkarik.

"Alexandrok burua moztuko balit ere, ezingo luke nire arima ere suntsitu. Nire burua bakarrik, orduan isilik, geratuko da, gorputza lurrean jantzi urratua bezala utziz, handik ere hartu baitzen. Orduan, ni, Espiritu bihurtuz, nire Jainkoarengana igoko naiz, haragitan gu guztiok bildu eta lurrean utzi gaituena, hemen behean bere ordenantzei obeditzen biziko garen ala ez frogatzeko eta nork ere egingo duen guztioi eskatzen digu, hemendik haren presentziara joaten garenean, gure bizitzaren kontuak, bera baita Epailea harrokeriazko gaiztakeria guztientzat; izan ere, zapalduen intziriak zigor bihurtzen dira zapaltzaile.

"Izutu ditzala Alexandrok mehatxu hauekin aberastasuna nahi dutenak eta heriotzaren beldur direnak, gure aurka arma hauek biak indargabeak baitira; brahmanek ez dute urrea maite, ezta heriotzaren beldurrik ere. Zoaz orduan eta esan Alexandrori hau: Dandamisek ez du zurea den ezeren beharrik, eta beraz, ez da zuregana joango, eta Dandamisengandik zerbait nahi baduzu, etorri harengana."

Alexandrok arreta handiz jaso zuen Onesikritosen bidez yogiaren mezua, eta "sentitu zuen" Inoiz baino gogo handiagoa zuen Dandamis ikusteko, zaharra eta biluzik egon arren, berak, nazio askoren konkistatzaileak, parekorik baino gehiago aurkitu baitzuen aurkari bakarra baitzen".

Alexandrok Taxilara gonbidatu zituen hainbat brahman aszeta, galdera filosofikoei jakinduria zorrotzez erantzuteko trebetasunagatik ezagunak. Plutarkok ematen du ahozko liskar honen berri; Alexandrok berak formulatu zituen galdera guztiak.

"Zein dira ugariagoak, biziak ala hilak?" "Biziak,

hilak ez baitira."

"Zeinek hazten ditu animalia handiagoak, itsasoak

ala lurrak?" "Lurrak, itsasoa lurraren zati bat

besterik ez baita."

"Zein da hau azkarrena -ren piztiak?"

"Gizakiak oraindik ezagutzen ez duen hori." (Gizakiak ezezagunaren beldur da.) "Zein izan zen lehenengo, eguna ala gaua?"

«Eguna egun batez izan zen lehenengoa». Erantzun honek Alexandroren harridura salatu zuen; brahmanak gaineratu zuen: «Galdera ezinezkoek erantzun ezinezkoak behar dituzte».

"Nola onena maiatza bat gizona egin bera maitea?"

"Gizaki bat maitatua izango da botere handia izan arren, beldurra ematen ez badio bere buruari." "Nola bihur daiteke gizon bat jainko?" **41-5**

"Gizaki batek egin ezin duena eginez." "Zein da indartsuagoa, bizitza ala heriotza?"

"Bizitza, zeren eta hura hartzak beraz asko gaitzak».

Alexandrok Indiatik benetako yogi bat bere irakasle gisa ateratzea lortu zuen. Gizon hau Swami Sphines zen, greziarrek "Kalanos" deitzen ziotena, santuak, Kaliren itxuran Jainkoaren debotoak, denak haren izen zoriontsua ahoskatuz agurtzen zituelako.

Kalanosek Alexandro Persiara lagundu zuen. Egun jakin batean, Susa hirian, Persiako hirian, Kalanosek bere gorputz zaharra eman zuen hileta-su batean sartuz, Mazedoniako armada osoaren aurrean. Historialariek idatzi soldaduen harridura, yogiak ez zuela minik edo heriotzaren beldurrik ikusi zutenean, eta ez zirelako behin ere bere posiziotik mugitu sugarretan kontsumitzen zen bitartean. Irten aurretik Errausketa egiteko, Kalanosek bere lagun min guztiak besarkatu zituen, baina ez zion agur esan Alexandrori, zeinari hindu jakintsuak esan zion besterik gabe:

"Nik izango da ikusi zu laster barruan Babilonia".

Alexandro Persiatik alde egin zuen, eta urtebete geroago hil zen Babilonian. Bere guru indiarren hitzak Alexandroekin bizitzan eta heriotzan egongo zela esateko modua izan ziren.

Greziar historialariek Indiako gizartearen irudi bizi eta inspiratzaile asko utzi dizkigute. Hindu legeak, Arrianek dioenez, herria babesten du eta "agintzen du inor ez dela, inola ere, esklabo izango, baizik eta askatasunaz gozatuz, guztiek duten askatasun berdina errespetatuko dutela. Izan ere, uste zuten, besteak menderatzen edo mespretxatzen ikasi ez dutenek lortuko dute patuaren gorabehera guztietarako egokiena den bizitza". **41-6**

«Indiarrek», dio beste testu batek, «ez dute dirurik usuran jartzen, ezta maileguan hartzen ere. Indiar batek bidegabekeria egitea edo jasatea ohitura ezarriaren aurka

doa, eta beraz, ez dute kontraturik egiten, ezta bermerik eskatzen ere». Sendatzea, esaten digutenez, bide sinple eta naturalen bidez egiten zen. «Sendaketak sendagaiak erabiliz baino dieta erregulatuz lortzen dira. Erremediorik preziatuenak ukenduak eta igeltsuak dira. Beste guztiak neurri handi batean kaltegarritzat jotzen dira». Gerran parte hartzea Kshatriya *edo* gerlari kastarentzat mugatuta zegoen. «Ez zion etsai batek nekazari bati bere lurretan lanean topo egiteak kalterik egingo, izan ere, horrelako gizonek...» klasea ongile publikotzat hartuta, kalte guztietatik babestuta dago. Horrela, lurrak hondatu gabe eta uzta ugari ematen dituenaz, biztanleei bizitza atsegina izan dezaten behar diren gauzak ematen dizkie. **41-7**

Chandragupta enperadoreak, K.a. 305ean Alexandroren Seleuko jenerala garaitu zuenak, zazpi erabaki zituen urteak geroago ra eskua gainetik hau uzdenak -ren Indiako gobernua ra bere semea. Bidaiatzen ra Hego Indian, Chandragupta bere bizitzako azken hamabi urteak aszeta dirurik gabe gisa eman zituen, Sravanabelagolako kobazulo harritsu batean autoerrealizazioa bilatuz, gaur egun Mysore santutegi gisa ohoratua. Gertuko zutik daude Munduko estatua handiena, jainek 983. urtean harkaitz erraldoi batetik zizelkatua, Comateswara santuaren omenez.

Mysoreko nonahi dauden erlijio-santutegiak Hegoaldeko santu handi askoren oroigarri etengabea dira. India. Bat -ren hauek maisuak, Thayumanavar, du ezkerrean gu hau jarraituz erronka poema:

Zu ahal kontrola bat erotu elefantea;
Hartzaren eta tigrearen ahoa itxi dezakezu; lehoi
baten gainean ibili zaitezke;
Zu ahal jolastu -rekin hau kobra;
Alkimiaren bidez bizibidea atera dezakezu;
Unibertsoan zehar inkognito ibili zaitezke;
Jainkoen basailu egin zaitezke;
Zu ahal izan inoiz gaztea;
Zu ahal ibili piztuta ura eta bizi barruan sua;
Baina kontrola -ren hau gogo da hobeto eta gehiago zaila.

Indiako hegoalde muturrean dagoen Travancore estatu eder eta emankorrean, non trafikoa ibai eta ubideetatik igarotzen den, Maharajak urtero bere gain hartzen du betebeharrak hereditarioa, gerren ondorioz eta iraganean hainbat estatu txiki Travancoreri atxikitzeagatik sortutako bekatua barkatzeko. Urtero berrogeita hamasei egunez, Maharajak egunean hiru aldiz bisitatzen du tenplua, Vediko ereserkiak eta errezitazioak entzuteko; barkamen-zeremonia *lakshadipam -arekin* edo tenplua ehun mila argiz argiztatzearekin amaitzen da.

41-8. hindu legegile handia Errege baten betebeharrak azaldu ditu. "Indrak (jainkoen jauna) bezala erosotasunak eman behar ditu; zergak astiro eta hautemanezin bildu, eguzkiak uretatik lurrana lortzen duen bezala; bere menpekoen bizitzan sartu, haizea nonahi doan bezala; justizia berdina eman guztiei Yamak (heriotzaren jainkoak) bezala; arau-hausleak soka batean lotu Varunak (zeruaren eta haizearen jainko vedikoa) bezala; guztiak atsegin eman ilargiari bezala, etsai gaiztoak erre suaren jainkoak bezala; eta guztiak lagundu lurraren jainkosak bezala".

"Gerran, erregeak ez luke pozoi edo suzko armekin borrokatu behar, ezta etsai ahulak, prestatu gabeak edo armagabeak hil ere, ezta beldur direnak, babesa eskatzen dutenak edo ihes egiten dutenak ere. Gerra azken aukera gisa bakarrik jo behar da. Emaitzak beti dira zalantzazkoak gerran."

Indiako hego-ekialdeko kostaldean dagoen Madrasko presidentetzak Madras hiri laua, zabala eta itsasoz inguratua ditu, eta Conjeeveram, Urrezko Hiria, Pallava dinastiaren hiriburua, zeinaren erregeek gobernatu zuten.

kristau aroaren lehen mendeetan. Madrasko presidentetza modernoan indarkeriarik gabekoa Mahatma Gandhiren idealek aurrerapauso handiak eman dituzte; "Gandhi txapel" zuri bereizgarriak nonahi ikusten dira. Hegoaldean, oro har, Mahatmak "ukiezinentzako" tenplu erreforma garrantzitsu asko egin ditu, baita kasta sistemaren erreformak ere.

Manu legegile handiak formulatu zuen kasta-sistemaren jatorria miresgarria izan zen. Argi ikusi zuen gizakiak eboluzio naturalaren bidez lau klase handitan bereizten direla: gorputz-lanaren bidez gizarteari zerbitzua eskaintzeko gai direnak (*Sudrak*); lanaren bidez zerbitzatzen dutenak... mentalitatea, trebetasuna, nekazaritza, merkataritza, negozio-bizitza orokorrean (*Vaisya*); administrazio-, exekuzio- eta babes-agintari eta gerlari talentuak dituztenak (*Kshatriya*); izaera kontemplatiboa dutenak, espiritualki inspiratuak eta inspiratzaileak (*Brahminak*). "Ez jaiotzak, ez sakramentuek, ez ikasketek, ez arbasoek ezin dute erabaki pertsona bat bi aldiz jaio den (hau da, *Brahmin bat den*);" *Mahabharatak* dioenez, "izaera eta jokabideak bakarrik erabaki dezakete". **41-9** Manuk agindua eman zuen gizarteak bere kideei errespetua erakustea, jakinduria, bertutea, adina, ahaidetasuna edo, azkenik, aberastasuna zuten neurrian. India vedikoan aberastasunak beti gutxietsiak ziren metatzen baziren edo helburu ongintzazkoetarako eskuraezinak baziren. Aberastasun handiko gizon eskuzabal ez direnei gizartean maila baxua esleitzen zitzaien.

Kasta sistema mendeetan zehar herentziazko oztopo bihurtu zenean, gaitz larriak sortu ziren. Gandhi bezalako gizarte-erreformatzaileek eta gaur egun Indiako gizarte askotako kideek aurrerapen motela baina ziurra egiten ari dira kastaren antzinako balioak berreskuratzeko, jaiotzan ez eta kualifikazio naturalean soilik oinarrituta. Lurreko nazio bakoitzak bere miseria sortzen duen karma bereizgarria du aurre egin eta kentzeko; Indiak ere, bere espiritu moldakor eta zaurtezinarekin, kasta-erreformaren zereginerako gai dela frogatuko du.

Hain da liluragarria Indiako hegoaldea, ezen Wright jaunak eta biok gure idilioa luzatzea irrikatzen genuen. Baina denborak, bere zakarkeria oroigarrietan, ez zigun luzapen adeitsurik egin. Laster hitz egitekoa nuen Indiako Filosofia Kongresuaren amaierako saioan Kalkutako Unibertsitatean. Mysoreko bisitaren amaieran, Sir CV Ramanekin, Indiako Filosofia Akademiako presidentearekin, solasaldiaz gozatu nuen. Zientziak. Fisikari hindu bikain honi Nobel saria eman zioten 1930ean argiaren hedapenaren aurkikuntza garrantzitsuagatik: gaur egun eskola-mutiko guztiek ezagutzen duten "Raman efektua".

Madrasko ikasle eta lagun talde bati agur esanez, Wright jaunak eta biok iparralderantz abiatu ginen. Bidean, Sadasiva Brahmanen oroimenez sakratua den santutegi txiki baten aurrean gelditu ginen, **41-10** zeinen XVIII. mendeko bizitza-istorioan mirariak pilatzen diren. Nerurren dagoen Sadasiva santutegi handiago bat, Pudukkottaiko Rajak eraikia, erromesaldi-leku bat da, eta bertan sendatze

jainkotiar ugari ikusi dira.

Sadasiva maisu maitagarri eta guztiz argiztatuaren istorio bitxi asko oraindik ere ohikoak dira Hego Indiako herritarren artean. Egun batean, Kaveri ibaiaren ertzean *samadhi egoeran zegoela*, Sadasiva bat-bateko uholde batek eramane zuela ikusi zuten. Aste batzuk geroago, lur-muino baten azpian lurperatuta aurkitu zuten. Herritarrek palak gorputzean jo zutenean, santua jaiki eta bizkor alde egin zuen.

Sadasivak ez zuen hitzik esan edo oihalik jantzi. Goiz batean, yogi biluzik zeremoniarik gabe sartu zen buruzagi musulman baten dendan. Bere andreak oihu egin zuten izututa; gerlariak basati bat eman zion... ezpata bultzada -n Sadasiva, noren besoa zen moztuta. The maisu joan zen axolagabe.

Damuak jota, musulmanak besoa lurretik jaso eta Sadasiva jarraitu zion. Yogiak isilik sartu zuen besoa odoletan. Gerlariak apaltasunez eskatu zionean instrukzio espiritual batzuk, Sadasivak hatzarekin idatzi zuen harearen gainean:

"Egin ez egin zer zu nahi, eta orduan zu maiatza egin zer zu bezala."

Mahomadarra gogo-egoera goren batera igo zen, eta santuaren aholku paradoxikoa ulertu zuen: egoaren menpekotasunaren bidez arimaren askatasunerako gida izan behar zuen.

Behin, herriko haurrek Sadasivaren aurrean Madurako jaialdi erlijiosoa ikusteko nahia adierazi zuten, 150 miliara zegoena. Yogiak txikiei adierazi zien bere gorputza ukitzeko. Hara! Bat-batean, talde osoa Madurara eramane zuten. Haurrak pozik ibili ziren milaka erromesen artean. Ordu gutxiren buruan, yogiak bere seme-alabak etxera ekarri zituen bere esku-aholku xumeekin. garraiobide. Guraso harrituek irudien prozesioaren istorio biziak entzun zituzten, eta hainbat haurrek Madura gozoki poltsak zeramatzatela ohartu ziren.

Gazte sinesgaitz batek santua eta istorioa iseka egin zituen. Hurrengo goizean Sadasivarengana hurbildu zen.

—Maisu —esan zuen mespretxuz—, zergatik ez nauzu jaialdira eramaten, atzo beste haurrekin egin zenuen bezala?

Sadasivak amore eman zuen; mutila berehala aurkitu zen hiriko jendetza urrunaren artean. Baina, tamalez! non zegoen santua gazteak alde egin nahi zuenean? Nekatuta zegoen mutila etxera iritsi zen oinezko mugimenduaren metodo zahar eta prosaikoaren bidez.

.....
41-1 : Andereñoa Bletch, ezin ra mantendu hau aktibo erritmoa multzo egilea Jauna Wright eta neure burua, geratu zorionez -rekin nire senideak Kalkutan.

41-2 Presa honek, instalazio hidroeletriko erraldoi batek, Mysore hiria argitzen du eta zeta, xaboi eta sandalo-olioaren lantegiei energia ematen die. Mysoreko sandalo-oroigarriek denborak agortzen ez duen usain goxoa dute; usain arin bat ziztada berpizten du hau usain. Mysore harrotzen da batzuk -ren hau handiena aitzindari industrialak konpromisoak barruan India, barne Kolar urre meategiak, Mysore azukre fabrika, Bhadravatik burdin eta altzairu lantegi erraldoiak eta estatuko 30.000 milia koadroko asko hartzen dituen Mysore Estatuko Trenbide merkea eta eraginkorra.

The Maharaja eta Yuvaraja MOE ziren nire ostalari barruan Mysore barruan 1935ean izan biak duela gutxi hil zen. The semea -ren hau Yuvaraja, Gaur egungo maharaja agintari ekintzailea da, eta Mysoreko industriei hegazkin fabrika handi bat gehitu .die

41-3 : Sei bolumenak piztuta *Antzinakoa India* (Kalkuta, 1879).

Ez bata ez bestea Alexandro ezta edozein -ren bere jeneralak inoiz gurutzatu hau Ganges ibaia. Aurkitzea :41-5 zehaztu erresistentzia barruan ipar-mendebaldea, hau Mazedoniarra armada ukatu egin ra sartu urrunago; Alexandro .zen behartuta ra utzi India eta bilatu bere konkistak Pertsiar

41-5 : -tik hau galdera gu maiatza susmo hori hau "Semea -ren Zeus" izan bat noizbehinkako zalantza hori bera izan

dagoeneko perfekzioa lortu .

41-6 : Guztiak Greziera behatzaileak iruzkina piztuta hau falta -ren esklabutza barruan India, bat ezaugarri -n osatu aldakortasuna -rekin hau egitura gizarte helenikoa.

41-7 : *Sortzailea India* egilea Irakaslea Benoy Kumar Sarkar ematen du bat osoa irudi -ren Indiako antzinako eta modernoa

lorpenak eta bereizgarri balioak barruan ekonomia, politiko zientzia, literatura, artea, eta sozial filosofia. (Lahore: Motilal Banarsi Dass, Publishers, 1937, 714 orr., \$5.00.)

Beste bat gomendatua bolumena da *Indiarra Kultura Bidez The Adinak*, egilea S. V. Venatesvara (Berria York: Longmans, .Berdea eta konpainia, 5,00 \$)

41-8 : Manu da hau unibertsa legegile; ez bakarrik -rako Hindua gizartea, baina -rako hau mundua. Guztiak sistemak -ren jakintzu sozial araudiak eta berdin justizia dira eredudun ondoren Manu. Nietzsche du ordainduta hau jarraituz omenaldia: "Nik jakin -ren ez liburu barruan zein beraz delikatu asko. eta atsegin handiz gauzak dira esan zuen ra emakumea bezala barruan hau *Lege-liburua -ren Manu*; horiek zaharra bizar grisak eta santuak izan bat emakumeekiko ausart izateko modua, agian gaudituz ezin daitekeena... paregabeko lan intelektual eta bikaina... balio noblez betea, perfekzio sentimenduz beteta dago, bizitzari baietz esateaz eta bere buruarekiko eta bizitzarekiko ongizate sentimendu garaile batez; eguzkiak liburu osoa argitzen du".

41-9 : "Inklusioa barruan bat -ren hauek lau kastak jatorriz menpeko ez piztuta bat gizonaren jaiotza baina piztuta bere naturala gaitasunak frogatu bezala egilea hau helburua barruan bizitza bera hautatua ra lortu," bat artikulua barruan *Ekialde-Mendebalde* -rako Urtarrila, 1935ean, esaten du gu. "Hau gola izan liteke izan (1) *kama*, nahia, jarduera -ren hau bizitza -ren hau zentzumenak (*Sudra* etapa), (2) *artha*, irabazi, betetzea baina kontrolatzen desioak (*Vaisya* etapa), (3) *dharma*, autodiziplina, erantzukizun eta ekintza zuzenaren bizitza (*Kshatriya* etapa), (4) *moksha*, askapena, hau bizitza -ren espiritualtasuna eta erlijioso irakaskuntza (*Brahmana* etapa). Hauek lau kastak errendatu zerbitzua gizateriari (1) gorputza, (2) adimena, (3) borondatea eta (4) Espirituaren bidez.

naturaren betiereko *guna edo ezaugarrietan dute bat, tamas, rajas* eta *sattva*: oztopoa, jarduera, eta hedapena; edo, masa, energia, eta adimena. The lau naturala kastak dira markatuta egilea hau *gunas* bezala (1) *tamas* (ezjakintasuna), (2) *tamas- rajas* (nahasketa -ren ezjakintasuna eta jarduera), (3) *rajas-sattva* (nahasketa -ren eskuin jarduera eta argitasuna), (4) *sattva* (argitasuna). Horrela du natura markatuta bakoitza gizona -rekin bere kasta, egilea hau bere baitan *gunetako* baten edo bien nahasketaren nagusitasuna. Jakina, gizaki orok hiru *gunak ditu* proportzio desberdinetan. .Guruak zuzen zehaztu ahal izango du gizon baten kasta edo eboluzio-egoera

A bat ziur neurria, guztiak lasterketak eta nazioak behatu barruan praktika, baldin eta ez barruan teoria, hau" ezaugarriak -ren kasta. Non han da lizentzia bikaina edo deiturikoak askatasuna, bereziki barruan ezkontza mistoa artean muturrekoak barruan hau naturala kastak, hau lasterketa txikitzen da desagertzen da. *Purana Samhitak* batasun horien ondorengoak hibrido antzuekin alderatzen ditu, bere espezia ugaltzeko gai ez den mandoa bezala. Espezia artifizialak azkenean suntsitzen dira. Historiak frogatzen ditu -ren ugari bikaina lasterketak zein ez luzeagoa izan edozein bizitzaren ordezkariak. The kasta sistema -ren India da kreditua beragatik gehien sakona pentsalariak -rekin izatea hau egiaztatu edo prebentiboa aurka lizentzia zein du kontserbatuta hau garbitasuna -ren hau arraza eta milaka . "gorabeheratik segurtasunez eraman zuen, beste arrazak ahanzturan desagertu diren bitartean

41-10 : Bere titulu osoa Sri Sadasivendra Saraswati Swami zen. Shankara lerro formalaren oinordeko ospetsua, Jagadguru Sri Shankaracharya -ren Sringeri Matematika, idatzi zuen bat inspiratzaile *Oda* dedikatua ra Sadasiva. *Ekialde-Mendebalde* -rako Uztaila, 1942an, Sadasivaren bizitzari buruzko artikulua bat argitaratu zuen.

KAPITULUA: 42

Azkena Egunak -rekin Nire Gurua

«Guruji, pozten naiz gaur goizean bakarrik aurkitzeaz». Seramporeko ermitara iritsi berria nintzen, fruta eta arrosa usaintsuen zama neramala. Sri Yukteswarrek apal begiratu zidan.

"Zer? da zure galdera?" Maisua begiratu buruz hau gela bezala nahiz eta bera ziren bilatzen ihes egin.

"Guruji, institutuko gazte nintzela etorri nintzen zuregana; orain gizon heldua naiz, ile grisa edo..." bi. Lehenengo ordutik honaino isilpeko maitasunez bete nauzun arren, konturatzen zara behin bakarrik, piztuta hau egun -ren bilera, izan zu inoiz esan zuen, Ni maitasuna zu?" Ni begiratu -n bera erregutuz.

Maisuak begirada jaitsi zuen. "Yogananda, hitzik gabeko bihotzak ondoen gordetzen dituen sentimendu beroak hitzaren eremu hotzetara atera behar ditut?"

"Guruji, Ni jakin zu maitasuna ni, baina nire hilkor belarriak mina ra entzun zu esan beraz."

"Nahi duzun bezala izan bedi. Ezkonduta nengoela, askotan seme baten irrika izan nuen, yogiko bidean trebatzeko. Baina zu nire bizitzan sartu zinenean, pozik nengoen; zugar aurkitu dut nire semea". Bi malko garden Sri Yukteswarren begietan zegoen. «Yogananda, beti maite zaitut».

«Zure erantzuna zerurako nire pasaporte da». Bihotzetik pisu bat kendu zitzaidan, betiko desegin nuen haren hitzekin. Askotan harritu izan naiz haren isiltasunaz. Emoziorik gabekoa eta berekoia zela konturatzean... barruan zegoen, baina batzuetan beldur nintzen ez ote nuen guztiz asebate. Bere izaera arraroa zen, inoiz erabat ezagutu ez zena; izaera sakona eta isila, kanpoko munduarentzat ulertezina, zeinaren balioak aspaldi gainditu zituen.

Egun batzuk geroago, Kalkutako Albert Hall-en entzulego handi baten aurrean hitz egin nuenean, Sri Yukteswarrek onartu zuen nire ondoan esertzea plataforman, Santosh-eko Maharajarekin eta Kalkutako alkatearekin. Maisuak ez zidan ezer esan arren, noizean behin begiratu nion nire hitzaldian zehar, eta uste nuen distira pozgarri bat sumatu nuela bere begietan.

Ondoren, Serampore Collegeko ikasle ohien aurrean hitzaldi bat izan zen. Nire ikaskide ohiei begira nengoela, eta haiek beren "Monje Eroari" begira nengoela, pozaren malkoak lotsarik gabe agertu ziren. Nire filosofia irakasle mihi-zilarkara, Ghoshal doktorea, aurrera etorri zitzaidan agurtzera, gure iraganeko gaizki-ulertu guztiak Denboraren alkimistak desegin zituelarik.

Neguko Solstizio Jaialdia ospatu zen abenduaren amaieran Serampore ermitan. Ohi bezala, Sri Yukteswarren dizipuluak urrunetik eta gertutik bildu ziren. *Sankirtan debozionalak*, Kristo-daren ahots gozo-n bakarlariak, dizipulu gazteek zerbitzatutako jaia, Maisuaren hitzaldi hunkigarria izarren azpian ashramako patio jendetsuan: oroitzapenak, oroitzapenak! Aspaldiko urteetako jaialdi alaiak! Gaur gauean, ordea, ezaugarri berri bat izango zen.

«Yogananda, mesedez, hitz egin batzarrei... ingelesez». Maisuaren begiak distiratsu zeuden eskaera bikoiztu ezohiko hau egiten zuenean; itsasontziko egoera larriaz ari ote zen pentsatzen, nire lehen hitzaldia ingelesez eman aurretik? Istorioa kontatu nien nire anaia dizipulu entzuleei, gure guruari omenaldi sutsu batekin amaituz.

«Bere gidaritza nonahikoa izan zen nirekin, ez bakarrik ozeanoko lurrenontzian», amaitu nuen, «baizik eta egunero Amerikako lurralde zabal eta abegikorrean eman nituen hamabost urteetan zehar».

Gonbidatuak joan ondoren, Sri Yukteswarrek logela berera deitu ninduen, non behin bakarrik, nire lehen urteetako jaialdi baten ondoren, bere egurrezko ohean lo egiten utzi zidaten. Gaur gauean nire gurutza lasai eserita zegoen han, dizipulu erdizirkulu bat bere oinetan. Irribarre egin zuen gelara azkar sartu nintzenean.

"Yogananda, Kalkutara zoaz orain? Mesedez, itzuli hona bihar. Gauza batzuk esan behar dizkizut."

Hurrengo arratsaldean, bedeinkapen hitz soil batzuekin, Sri Yukteswarrek

Paramhansa titulu monastiko gehigarria eman zidan . **42-1**

swami titulua », esan zuen haren aurrean belaunikatu nintzenean. Barre algara batekin pentsatu nuen nire ikasleek *Paramhansajiren* ahoskera zela eta izango zuten borrokan . **42-2**

«Nire lurreko zeregina amaitu da orain; aurrera jarraitu behar duzu». Maisuak lasai hitz egin zuen, begiak lasai eta leun zituela. Bihotza beldurrez taupaka ari zitzaidan.

«Mesedez, bidali norbait gure Puriko ashramaz arduratzeraz», jarraitu zuen Sri Yukteswarrek. «Dena zuen esku uzten dut. Zuen bizitzako eta erakundearen bizitzako ontzia arrakastaz gidatu ahal izango duzue jainkoen kostaldeetaraino».

Barruan malkoak, Ni zen besarkatzen bere oinak; bera arrosa eta bedeinkatua ni maitagarriro.

Hurrengo egunean Ranchitik dizipulu bat, Swami Sebananda, deitu eta Purira bidali nuen ermita-lanak hartzera. **42-3** Geroago, nire guruak bere ondarea konpontzeko xehetasun legalak eztabaidatu zituen nirekin; bere bi ermiten eta beste ondasun batzuen jabetzagatik senideek auzitara jotzeko aukera saihesteko irrikaz zegoen, jabetza horiek soilik eman nahi baitzituen. ongintzazko helburuetarako.

"Duela gutxi egin dira Maisuak Kidderpore bisitatzeko antolaketak, **42-4**" baina ez zen joan". Amulaya Babuk, anaia dizipulu batek, arratsalde batean ohar hau egin zidan; aurreikuspen hotz baten olatua sentitu nuen. Nire galdera premiazkoei, Sri Yukteswarrek erantzun zion: "Ez naiz gehiago Kidderporera joango". Une batez, Maisua haur beldurtu bat bezala dardarka hasi zen.

("Gorputzeko bizilekuarekiko atxikimendua, berez sortzen dena [hau da, sustrai oroigarrietatik, heriotzaren iraganeko esperientzietatik sortua]", idatzi zuen Patanjalik, **42-5** «neurri txiki batean santu handiengan ere badago». Heriotzari buruzko bere diskurtso batzuetan, nire guruak hau gehitzen zuen: «Kaiola luze bateko txori batek bere ohiko etxea uzteko zalantzak dituen bezala, atea irekitzen zaionean.»)

"Guruji," Ni erregutu bera -rekin bat negarrez, "ez egin esan hori! Inoiz ez esan horiek hitzak ra ni!"

Sri Yukteswarren aurpegia irribarre baketsu batean erlaxatu zen. Laurogeita batgarren urtebetetzea hurbiltzen ari zen arren, itxura ona eta sendoa zuen.

Egunero nire guruaren maitasunaren eguzkitan atseden hartzen, esan gabekoa baina biziki sentitua, nire kontzienteki uxatu nituen bere heriotza hurbilari buruz eman zizkidan hainbat zantzu.

"Jauna, *Kumbha Mela* hilabete honetan Allahabaden egingo da." Maisuari *mela* datak erakutsi nizkion... Bengalako almanaka bat. **42-6**

"Egin zu benetan nahi ra joan?"

Sri Yukteswarren erresistentzia sumatu gabe, jarraitu nuen: "Behin Babajiren ikuspegi bedeinkatua ikusi zenuen Allahabad *kumbha batean* . Agian oraingoan zortea izango dut hura ikusteko".

«Ez dut uste han harekin topo egingo duzunik». Nire gurua isildu egin zen orduan, nire planak oztopatu nahi ez zituelako.

Hurrengo egunean talde txiki batekin Allahabad aldera abiatu nintzenean, Maisuak isilik bedeinkatu ninduen, bere ohiko eran. Antza denez, Sri Yukteswarren jarreraren ondorioez jabetu gabe nengoen, Jaunak nire guruaren heriotzaren lekuko izateko behartuta egotearen esperientzia aurreztu nahi zidalako. Nire bizitzan beti gertatu izan da, maite ditudanen heriotzan, Jainkoak errukiz antolatu izana eszenatik urrun egotea. **42-7**

Gure taldea *Kumbha Melara iritsi zen* 1936ko urtarrilaren 23an. Ia bi laguneko jendetza handitzen ari zen. Milioi bat pertsona ikustea ikuskizun ikusgarria izan zen, are izugarria ere. Indiako herriaren jenio berezia Espirituaren balioarekiko nekazari xumeenarengan ere berezkoa den errespetua da, eta baita munduko loturak utzi dituzten monje eta sadhuenganako ere, jainkozko ainguraleku bat bilatzeko. Inpostoreak eta hipokritak badaude, baina Indiak guztiak errespetatzen ditu lurralde osoa bedeinkapen zerutiarrez argitzen duten gutxi batzuegatik. Ikuskizun zabala ikusten ari ziren mendebaldekoek aukera paregabea izan zuten lurraren taupadak sentitzeko, Indiak denboraren kolpeen aurrean bere bizitasun itzalezina zor dion grina espirituala.



The emakumea yogia, Shankari Maiatza Jiew, bakarrik bizitzen dizipulu -ren hau bikaina Trailanga Swami.

Bere ondoan eserita dagoen turbantedun irudia Swami Benoyananda da, Biharren mutilentzako Ranchi yoga eskolako zuzendaria. Argazia Hardwar *Kumbha Melan* atera zen 1938an; emakume santuak 112 urte zituen orduan.



Krishnananda, -n hau 1936an Allahabad *Kumbha Mela* , -rekin bere otzan begetarianoa lehoi emea.



Sri Yukteswarren Serampore ermitaren bigarren solairuko jantoki-patioa. Nire guruaren oinetan eserita nago (erdian).

Lehenengo eguna gure taldeak begirada hutsez eman zuen. Hemen bainulari ugari zeuden, bekatuen barkamenerako ibai santuan bustitzen; han gurtza erritual solemneak ikusi genituen; han santuen oin hautsetan barreiatuta zeuden deboziozko

eskaintzak; gure buruak biratu eta elefante, zaldi apaingarri eta Rajputana gamelu geldoen ilara bat igaro zen, edo erlijio-desfile bitxi bat...

biluzik sadhuak, eskua astinduz zetroak -ren urrea eta zilarra, edo banderak eta erreproduktoreak -ren zetazko belusa.

Gerrikoekin bakarrik jantzitako anakoretak talde txikitan eserita zeuden lasai, gorputzak berotik eta hotzetik babesten zituen errautsez zikinduta. Begi espiritualak argi eta garbi irudikatuta zegoen kopetan sandalo-pasta orban bakar batekin. Burua moztuta zuten swamiak milaka agertzen ziren, okre koloreko jantziak jantzita eta banbuzko makila eta eske-ontzia eskuetan zituztela. Aurpegiak distiratsu zeuden... hau uko egin bakea bezala haiek ibili buruz edo eutsi filosofiko eztabaidak -rekin dizipuluak.

Han-hemenka zuhaitzen azpian, enbor erretzen ari ziren pila erraldoien inguruan, sadhu pintoreskoak zeuden, **42-8** ilea txirikordatuta eta buru gainean bilduta. Batzuek oin batzuk luzeko bizarra zeramaten, kizkurtuta eta korapilo batean lotuta. Isil-isilik meditatzen zuten, edo eskuak luzatzen zituzten bedeinkapena adierazteko Eskale-jendetza igarotzen ari zena, elefanteen gainean zeuden maharajak, *sari koloretsuak zituzten emakumeak* -eskumuturreko eta orkatilako lepokoak tintinna egiten zutela-, beso meheak modu groteskoan gora altxatutako *fakirrak* , *meditaziorako ukondo-euskarriak zeramatzaten brahmachariak* , barne-zoriontasun solemne bat ezkutatzen zuten jakintsu xumeak. Zarataren gainetik, tenpluko kanpaien dei etengabea entzun genuen.

Bigarren *mela* egunean, lagunak eta biok hainbat ashrama eta txabola aldi baterako sartu ginen, pertsonaia santuei *pronamak eskainiz*. *Swami Ordenako Giri adarreko* buruzagiaren bedeinkapena jaso genuen: irribarretsu suzko begiak zituen monje argal eta aszetiko bat. Hurrengo bisitak ermita batera eramanez gintuen, non guruak azken bederatzi urteetan isiltasun botoak eta fruta-dieta zorrotza bete zituen. Ashram aretoko erdiko oholean sadhuitsu bat zegoen eserita, Pragla Chakshu, shastretan sakonki ikasia *eta* sekta guztiek oso gurtua.

Vedantari buruzko hitzaldi labur bat hindiz eman ondoren , gure taldeak ermita baketsutik alde egin zuen gertuko swami bat, Krishnananda, agurtzeko, masail arrosak eta sorbalda ikusgarriak zituen monje eder bat. Bere ondoan lehoi eme otzan bat zegoen etzanda. Monjearen xarma espiritualari amore emanez -ez, ziur nago, bere gorputz indartsuari!-, oihaneko animaliak haragi guztiari uko egiten dio arroza eta esnea nahiago dituela. Swamik ile marroidean piztiari " *Aum* " orro sakon eta erakargarri batean esatea irakatsi dio -katuen zalea!

Gure hurrengo topaketa, sadhu gazte jakintsu batekin egindako elkarrizketa, ondo deskribatuta dago Wright jaunaren bidaia-eguneroko distiratsuan.

"Fordean Ganges ibaia oso baxuan zeharkatu genuen, kirrinka egiten zuen pontoi-zubi batean, sugearen antzera arrastaka jendetza artean eta kale estu eta bihurgunetsuetatik, Yoganandajik Babaji eta Sri Yukteswarjiren bilgune gisa adierazi zidan ibaiertzean zegoen tokitik igaroz."

Denbora gutxira autotik jaitsi eta sadhuen suen kea loditzen ari zen artetik eta harea irristakorren gainetik ibili ginen lokatzez eta lastoz egindako txabola txiki eta oso xumeen multzo batera iristeko. Aldi baterako etxebizitza hutsal horietako baten aurrean gelditu ginen, sarrera aterik gabeko pigmeo bat zuena, Kara Patriren aterpea, bere adimen apartekoagatik ezaguna zen sadhu ibiltari gazte bat. Han eserita zegoen, lasto pila baten gainean hankak gurutzatuta, bere estalki bakarra - eta bide batez, bere ondasun bakarra- sorbalden gainean zeraman okre koloreko oihal bat zelarik.

"Benetan jainkozko aurpegi batek irribarre egin zigun txabolara lau hanketan sartu eta arima argitu honen oinetan *izena eman ondoren, sarrerako kerosenozko farolak keinu arraroa egiten zuen bitartean,*"

itzalak dantzan lastozko hormetan. Bere aurpegia, batez ere begiak eta hortz perfektuak, irribarretsu eta distiratsu zegoen. Hindi hizkuntzak nahastu ninduen arren, bere adierazpenak oso agerikoak ziren; ilusioz, maitasunez eta aintza espiritualez beteta zegoen. Inork ezin zuen bere handitasunaz nahasi.

"Imajinatu mundu materialarekiko loturarik gabeko norbaiten bizitza zoriontsua; arropa arazorik gabe; janari irrikarik gabe, inoiz eskean ibili gabe, inoiz janari prestaturik ukitu gabe, txandaka egunetan izan ezik, inoiz..." Eskale-ontzi bat eramatea; diru-nahasmendurik gabe, inoiz ez dirurik maneiatzen, inoiz ez gauzak gordetzen, beti Jainkoarengan konfiantza izanda; garraio-kezkari gabe, inoiz ez ibilgailuetan ibilita, baina beti ibai sakratuen ertzetan ibilita; inoiz ez leku berean astebete baino gehiago egonda atxikimendurik haztea saihesteko.

"Arima apala! Vedetan oso ikasia , *eta Benares Unibertsitateko masterra eta shastri* titulua (idazki sakretuen maisua) ditu. Sentimendu bikain batek hartu ninduen haren oinetan eseri nintzenean; benetako India, antzinakoa, ikusteko nire nahiaren erantzuna zirudien guztia, erraldoi espiritualen lurralde honen benetako ordezkaria baita."

Kara Patriri bere bizitza ibiltariari buruz galdetu nion. "Ez al duzu negurako arropa gehigarririk?" "Ez, hau nahikoa da."

"Egin zu eraman edozein liburuak?"

«Ez, entzun nahi nauten pertsoneri buruz irakasten diet».

«Zer gehiago egiten duzu?»

"Nik ibili egilea hau Ganges."

Hitz lasai hauek entzutean, haren bizitzaren sinpletasunaren irrika batek gainezka egin zidan. Amerika gogoratu nuen, eta nire sorbalden gainean zeuden erantzukizun guztiak.

«Ez, Yogananda», pentsatu nuen une batez triste, «bizitza honetan Ganges ibaiaren ondoan ibiltzea ez da zuretzat ».

Sadhuak bere zenbait gauza espiritual kontatu ondoren, bat-bateko galdera

bat egin nion. "Deskribapen hauek Eskritura Santuetatik ala barne-

esperientziatik ematen ari zara?"

"Erdia -tik liburu ikasten," bera erantzun -rekin bat zuzen irribarre egin, "eta erdia -tik esperientzia».

Isiltasun gogoetatsuan eserita egon ginen pixka bat pozik. Bere presentzia sakratutik alde egin ondoren, Wright jaunari esan nion: "Urrezko lastozko tronu batean eserita dagoen erregea da".

Gau hartan afaldu genuen *mela-ren* lurretan, izarren azpian, makilekin lotutako hosto-platerretatik janez. Indian platerak garbitzea gutxienez murrizten da!

kumbha liluragarritik ; gero ipar-mendebalderantz Jumna ibaiertzetik Agraraino. Berriro ere Taj Mahal ikusi nuen; oroitzapenetan Jitendra nire ondoan zegoen, marmolezko ametsak txundituta. Gero Swami Keshabanandaren Brindaban ashramara.

Keshabananda bilatzeko nire helburua liburu honekin lotuta zegoen. Ez nuen inoiz ahaztu Sri Yukteswarren eskaera Lahiri Mahasayaren bizitza idazteko. Indian egon nintzen bitartean, Yogavatarren dizipulu zuzenekin eta senideekin harremanetan jartzeko aukera guztiak aprobetxatzen nituen. Haien elkarrizketak ohar luzeetan grabatuz, gertaerak eta datak egiaztatu nituen, eta argazkiak, gutun zaharrak eta dokumentuak bildu nituen. Nire Lahiri Mahasayari buruzko zorroa hazten hasi zen; atsekabetuta konturatu nintzen idazketa lan nekagarriak nituela aurretik. Otoitz egin nuen guru erraldoiaren biografo gisa nire rolaren parekoa izan nadin. Bere dizipulu batzuek beldur ziren idatzizko kontakizun batean beren maisua gutxietsi edo gaizki interpretatu zitekeela.

«Zakaitza da jainkozko enkarnazio baten bizitza hitz hotzekin justizia egitea», esan zidan behin Panchanon Bhattacharyak.

Beste dizipulu hurbil batzuk ere pozik zeuden Yogavatara bihotzetan ezkutatuta edukitzeaz, irakasle hilezin gisa. Hala ere, Lahiri Mahasayak bere biografiari buruz egindako iragarpenaz jabetuta, ez nuen ahaleginik aurreztu bere kanpoko bizitzaren datuak ziurtatzeko eta frogatzeko.

Swami Keshabanandak bero hartu zuen gure taldea Brindabanen, bere Katayani Peith Ashraman, adreiluzko eraikin ikusgarri batean, zutabe beltz erraldoiak zituena, lorategi eder batean kokatua. Guk... behin Lahiri Mahasayaren irudi handitu batekin apaindutako egongela batera sartu zen. Swamiak Laurogeita hamar urte inguru zituen, baina bere gorputz gihartsuak indarra eta osasuna erakusten zituen. Ile luzea eta bizar zuri-zuriarekin, begiak pozez distiratsu, benetako patriarkalaren irudikapena zen. Indiako maisuei buruzko nire liburuan bere izena aipatu nahi nuela jakinarazi nion.

«Mesedez, kontatu iezadazu zure aurreko bizitzari buruz». Erregutuz irribarre egin nuen; yogi handiak askotan ez dira komunikatiboak.

Keshabanandak apaltasun keinu bat egin zuen. «Kanpoko une gutxi dago. Ia nire bizitza osoa Himalaiako bakardadeetan eman dut, oinez kobazulo lasai batetik bestera bidaiatuz. Denbora batez asram txiki bat mantendu nuen Hardwarren kanpoaldean, zuhaitz altuen baso batez inguratuta. Leku lasaia zen, bidaiariek gutxi bisitatzen zutena, kobrak nonahi zeudela eta». Keshabanandak barre egin zuen. «Geroago, Ganges ibaiaren uholde batek ermita eta kobrak eraman zituen. Nire dizipuluek Brindaban asram hau eraikitzen lagundu zidaten orduan».

Gure taldeko batek swamiari galdetu zion nola babestu zen bere burua Himalaiako

tigreen aurka. ~~42-~~ 9

Keshabanandak burua astindu zuen. «Altuera espiritual handi horietan», esan zuen, «piztia basatiek gutxitan molestatzen dituzte yogiak. Behin oihanean tigre batekin topo egin nuen aurrez aurre. Bat-batean eiakulatu nuenean, animalia harri bihurtu balitz bezala geratu zen». Berriro ere swamiak barre egin zuen bere oroitzapenekin.

"Noizean behin Ni ezkerrean nire bakardadea ra bisitatu nire guru barruan Benares. Bera erabilia ra txantxa -rekin ni gainetik nire

etengabeko bidaiak barruan hau Himalaiarra basamortu.

«'Bidaiatzeko gogoaren marka duzu oinean', esan zidan behin. 'Pozten naiz Himalaia sakratuak nahikoa zabalak direlako zu liluratzeko'.

«Askotan», jarraitu zuen Keshabanandak, «bai hil aurretik bai ondoren, Lahiri Mahasaya gorputzez agertu zait aurrean. Berarentzat ez dago Himalaiako gailurrik eskurazina!»

Bi ordu geroago, jantoki-patio batera eraman gintuen. Isil-isilik hasperen egin nuen, atsekabetuta. Beste hamabost platereko otordu bat! Indiako ostalaritza urtebete baino gutxiagoan, berrogeita hamar kilo irabazi nituen! Hala ere, zakarkeria gorena izango zen nire omenezko oturuntza amaigabeetarako arretaz prestatutako platerren bat ukatzea. Indian (beste inon ez, tamalez!) swami ondo bete bat ikuskizun zoragarria da. **42-10**



Jauna Wright, neure burua, Andereñoa Bletch -- barruan Egipto



Rabindranath Tagore, inspiratuta poeta -ren Bengala, eta Nobela Saridun barruan literatura



Wright jaunak eta biok Swami Keshabananda agurgarriarekin eta dizipulu batekin posatzen dugu Brindabango ermita dotorean.

Ondoren afaria, Keshabananda buru ni ra bat isolatu txoko

"Zure iritsiera da ez ustekabekoa", bera esan zuen. "Nik

izan bat mezua -rako zu." Harrituta geratu nintzen; inork ez

zekien Keshabananda bisitatzeko nire planaren berri.

«Iaz Badrinarayan ondoko Himalaia iparraldean nenbilela», jarraitu zuen swamik, «bidea galdu nuen. Babesleku bat agertu zen kobazulo zabal batean, hutsik zegoena, nahiz eta suaren txingarrak harrizko zoruko zulo batean distiratzten ari ziren. Erreserba bakarti honetako biztanleaz galdezka, suaren ondoan eseri nintzen, begirada kobazuloaren sarrera eguzkitsuetan finkatuta.

«'Keshabananda, poztan naiz hemen zaudela'. Hitz hauek atzetik etorri zitzaizkidan. Biratu eta harrituta geratu nintzen Babaji ikustean! Guru handia kobazuloaren txoko batean agertu zen. Urte askoren ondoren berriro ikusteaz poz-pozik, bere oin santuetan makurtu nintzen.

«—Hona deitu zaitut —jarraitu zuen Babajik—. Horregatik galdu zinen bidea eta kobazulo honetako nire aldi baterako bizilekura eraman zintuzten. Aspaldi da gure azken topaketatik; poztan naiz berriro agurtzeaz».

"Maisu hilezinak laguntza espiritualeko hitz batzuekin bedeinkatu ninduen, eta

gero hau gaineratu zuen: 'Yoganandarentzat mezu bat ematen dizut. Indiara itzultzean bisita egingo dizu. Bere guruarekin eta Lahiriren bizirik dauden dizipuluekin lotutako gai askok Yogananda guztiz okupatuta edukiko dute. Esan iezaiozu, orduan, ez dudala oraingoan ikusiko, berak irrikaz espero duen bezala; baina beste noizbait ikusiko dudala'".

Ni zen sakonki ukitu ra jaso -tik Keshabananda-ren ezpainak hau kontsolatzaile promesa -tik Babaji. A

Bihotzeko mina desagertu egin zen; ez nuen gehiago atsekabetzen, Sri Yukteswarrek iradoki zuen bezala, Babaji ez zelako *Kumbha Melan* agertu.

Gastua bat gaua bezala gonbidatuak -ren hau ashrama, gure festa multzo kanpoan hau jarraituz arratsaldea Kalkutara. Jumna ibaiaren zubi batetik zaldiz ibiliz, Brindabanen zeruertzaren ikuspegi zoragarriaz gozatu genuen, eguzkiak zerua sutan jartzen zuen une berean: benetako Vulkanoren koloreko labe bat, gure azpian ur bareetan islatuta.

Jumna hondartza Sri Krishna haurraren oroitzapenek santutzen dute. Hemen aritu zen... *gopiekin (neskameekin) egindako lila-etan* (jolasetan) gozotasun xaloa , maitasun gorena erakutsiz zein inoiz existitzen da artean bat jainkotiar enkarnazio eta bere debotoak. The bizitza -ren Jauna Krishna Mendebaldeko komentatzaile askok gaizki ulertu dute. Eskritura Santuen alegoria nahasgarria da literalki. Itzultzaile batek egindako akats barregarri batek puntu hau ilustratuko du. Istorioak Erdi Aroko santu inspiratu bati buruzkoa da, Ravidas zapatariari, zeinak bere ofizioko termino sinpleetan abestu zuen gizateria osoan ezkutatuta dagoen aintza espiritual:

Azpian hau zabala ganga -ren urdina
Bizitzak hau jainkotasun jantzita barruan ezkutatu.

Mendebaldeko idazle batek Ravidasen poemari emandako interpretazio arrunta entzutean, irribarrea ezkutatzeko alde batera makurtu egiten da:

"Ondoren, txabola bat eraiki zuen, larruz egindako idolo bat jarri zuen bertan, eta haren gurtzari ekin zion."

Ravidas Kabir handiaren anaia dizipulua zen. Ravidasen chela gorenetakoa bat Chitorreko Rani zen. Brahmin ugari gonbidatu zituen bere irakaslearen omenezko jai batera, baina hauek uko egin zioten zapata-saltzaile xume batekin jateari. Duintasunez eta bakardadean eseri zirenean, beren janaria jateko... kutsatu gabeko otordua, hara! Brahmin bakoitzak bere ondoan Ravidasen itxura aurkitu zuen. Ikuspegi masibo honek Chitorren berpizkunde espiritual zabala ekarri zuen.

Egun gutxiren buruan gure talde txikia Kalkutara iritsi zen. Sri Yukteswar ikusteko irrikitan nengoenez, etsita nengoen Seramporetik alde egin zuela eta orain Purin zegoela entzutean, hirurehun bat milia hegialdera.

"Zatoz Puri ashramera berehala." Telegrama hau martxoaren 8an bidali zion anaia dizipulu batek Atul Chandrari. Roy Chowdhry, bat -ren Masterra chelak barruan

Kalkuta. Berriak -ren hau mezua iritsi nire belarriak; angustiatuta -n bere ondorioak, Ni erori ra nire belaunak eta erregutu Jainkoa hori nire guruak Bizitza salbatu dadila. Aitaren etxetik trenera irtetear nengoela, jainkozko ahots batek mintzatu zen barnean.

"Egin ez joan ra Puri gaur gauean. Zurea otoitza ezin bera emanda."

«Jauna», esan nuen, atsekabetuta, «ez duzu nirekin Puriko sokatira batean parte hartu nahi, non Maisuaren bizitzaren aldeko etengabeko nire otoitzak ukatu beharko dituzun. Orduan, zure aginduz alde egin behar al du goi mailako zereginetara?»

Barne-aginduari men eginez, ez nintzen gau hartan Puri aldera joan. Hurrengo arratsaldean... trenera abiatu nintzen; bidean, zazpietan, hodei astral beltz batek estali zuen bat-batean zerua. **42- 11** Geroago, trena Puri aldera orroka zihoala, Sri Yukteswarren ikuspen bat agertu zitzaidan aurrean. Eserita zegoen, aurpegi oso serioarekin, alde bakoitzean argi bana zuela.

«Amaitu al da dena?» Besoak altxatu

nituen erregutuz. Baietz egin zuen

buruarekin, eta gero poliki-poliki

desagertu zen.

Hurrengo goizean Puri treneko plataforman nengoela, oraindik itxaropenaren aurka, ezezagun bat hurbildu zitzaidan.

«Entzun al duzu zure Nagusia joan dela?» Beste hitzik esan gabe utzi ninduen; ez nuen inoiz jakin nor zen, ezta nola jakin zuen non aurkitu ninduen ere.

Txundituta, plataformaren hormaren kontra kulunkatu nintzen, nire guruak modu ezberdinetan berri suntsitzailea helarazten saiatzen ari zitzaidala konturatuz. Matxinadaz irakiten, nire arima sumendi bat bezala zegoen. Puri ermitara iritsi nintzenerako, kolapsoa ia hartzen ari nintzen. Barneko ahotsa samurki errepikatzen ari zen: "Lasai egon. Egon lasai".

Ashram gelara sartu nintzen, non Maisuaren gorputza, imajinaezin bizia zirudiena, loto posturan eserita zegoen - osasunaren eta edertasunaren irudi bat. Hil baino denbora gutxi lehenago, nire gurua sukarrarekin apur bat gaixorik zegoen, baina Infinitura igo zen eguna baino lehen, bere gorputza guztiz sendatu zen. Zenbat aldiz begiratu arren bere gorputz maiteari, ezin nuen konturatu bere bizitza joan zela. Bere azala leuna eta biguna zen; bere aurpegian lasaitasun adierazpen beatifikoa zuen. Kontzienteki utzi zuen bere gorputza deialdi mistikoaren orduan.

"The Lehoia -ren Bengala da joan da!" Ni negar egin zuen barruan bat zorabiadura.

Martxoaren 10ean erritu solemneak egin nituen. Sri Yukteswar **42-12 lurperatu zuten.** Swamiek bere Puri ashrameko lorategian egiten zituzten antzinako erritualekin. Geroago, bere dizipuluak urrunetik eta gertutik iritsi ziren beren gurua omentzeko udaberriko ekinozioko oroitzapen-zerbitzu batean. *Amrita Bazar*

Patrika egunkariak , Kalkutako egunkari nagusiak, bere argazkia eta txosten hau argitaratu zituen:

heriotza *Bhandara* zeremonia martxoaren 21ean egin zen Purin. Dizipulu asko etorri ziren Purira erritueta.

Bhagavad Gitaren azaltzaile handienetako bat , Swami Maharaj, Benaresko Yogiraj Sri Shyama Charan Lahiri Mahasayaren dizipulu bikaina izan zen. Swami Maharaj Indiako hainbat Yogoda Sat-Sanga (Auto-errealizazio Elkartea) zentroren sortzailea izan zen, eta Swami Yoganandak Mendebaldera eraman zuen yoga mugimenduaren inspirazio iturri handia izan zen.

dizipulu nagusia. Sri Yukteswarjiren botere profetikoak eta kontzientziazio sakonak inspiratu zuten Swami Yogananda ozeanoak zeharkatu eta Indiako maisuen mezua Amerikan zabaltzera.

Bhagavad Gitaren eta beste idazki batzuen interpretazioek Sri Yukteswarjiren filosofiaren, bai Ekialdeko bai Mendebaldekoaren, menperatze sakonaren lekuko dira, eta Ekialdearen eta Mendebaldearen arteko batasunaren begiak irekitzen jarraitzen dute. Erlijio-fede guztien batasunean sinesten zuenez, Sri Yukteswar Maharajek Sadhu Sabha (Santuen Elkarte) sortu zuen hainbat sekta eta fedetako buruzagien lankidetzarekin, erlijioan espiritu zientifikoa txertatzeko. Hil zenean, Swami Yogananda izendatu zuen bere ondorengo Sadhu Sabhako presidente .

India benetan pobreagoa da gaur egun gizon handi horren heriotzarekin. Berarengan pertsonifikatuta zegoen Indiako kulturaren eta *sadhanaren benetako espiritua txerta dezatela haren ondoan egon den guztiek.*

Kalkutara itzuli nintzen. Oraindik ez nuen konfiantzarik Seramporeko ermitara joateko, bere oroitzapen sakratuekin, eta Prafulla deitu nuen, Sri Yukteswarren Seramporen dizipulu txikia, eta Ranchi eskolan sartzeko antolaketak egin nituen.

melara joan zinenean goizean », esan zidan Prafullak, «Maisuak astunki erori zen sofán» .

«'Yogananda joan da!' oihu egin zuen. 'Yogananda joan da!', eta modu enigmatikoan gaineratu zuen: 'Beste modu batera esan beharko diot'. Orduak eman zituen isiltasunean eserita».

Nire egunak hitzaldiz, klasez, elkarrizketez eta lagun zaharrekin egindako bilkurez beteta zeuden. Irribarre huts baten eta etengabeko jardueraren bizitza baten azpian, gogoeta beltzez betetako erreka batek zikindu zuen hainbeste urtez nire pertzepzio guztien hondar azpian zehar ibili zen zoriontasun ibaia.

«Nora joan da jainkozko jakintsu hori?», oihu egin nuen isilik, espiritu

torturatu baten sakonetik. Ez zen erantzunik etorri.

«Hobe da Maisuak Maite Kosmikoagandik duen batasuna osatu izana», ziurtatu zidan nire gogoak. «Betiko distira egiten ari da heriotzarik gabeko erreinuan».

«Ez duzu gehiago inoiz ikusiko Serampore jauregi zaharrean», kexatu zen nire bihotza. «Ez dituzu gehiago zure lagunak ekarriko haren bila, edo harro esango: 'Hara, hor dago Indiako *Jnanavatar* !'»

Wright jaunak gure taldea Bombaytik Mendebaldera itsasoz hara joateko antolaketak egin zituen ekainaren hasieran. Maiatzean bi astez Kalkutan agur

bankete eta hitzaldi eman ondoren, Bletch andereñoa, Wright jauna eta biok Ford-ean abiatu ginen Bombayra. Iritsi ginenean, itsasontziko agintariek bidaia bertan behera uzteko eskatu ziguten, ez baitzen lekurik aurkitzen Ford-erako, Europan berriro beharko baikenuen.

"Inoiz ez gogoa," Ni esan zuen triste ra Jauna Wright. "Nik nahi ra itzuli behin gehiago ra Puri." Ni isil-isilik

gehituta, "Utzi nire malkoak behin berriro ura hau hilobi -ren nire gurutza."

42-1 Literalki, *param*, gorenari; *hansa*, zisne. *Hansa* Brahmanen, Gorenaren, ibilgailu gisa irudikatzen da idatzi santuetan. Espiritua; bezala hau sinbolo -ren diskriminazioa, hau zuria *Hansa* zisne da pentsatu -ren bezala gai ra bereizi hau egia *soma* nektarra esne eta ur nahasketa batetik. *Ham-sa* (*hong-sau ahoskatua*) bi sanskritozko kantu hitz sakratu dira, arnasketa sartu eta irteten denarekin lotura bibrazionala dutenak. *Aham-Sa* literalki "Ni naiz Hura" da.

42-2 : Haiek izan oro har saihestu hau zailtasun egilea helbideratzea ni bezala *jauna* .

42-3 : -n hau Puri ashrama, Swami Sebananda da oraindik zuzentzen bat txikia, loratzen yoga eskola -rako mutilak, eta Meditazio taldeak helduentzat. Santuen eta adituen bilerak aldian-aldian egiten dira bertan.

42-4 : A atala -ren Kalkuta.

42-5: *Aforismoak* : II:9.

42-6 : Erlijosoa *melas* dira aipatu barruan hau antzinako *Mahabharata* . The Txinera bidaiari Hieuen Tsiang du ezkerrean bat K.o. 644an Allahabaden egindako *Kumbha Mela* handi baten kontakizuna . *Mela handiena* hamabi urtean behin egiten da; hurrengo handiena (*Ardha* edo erdia) *Kumbha sei urtean behin izaten da. Mela* txikiagoak hirugarren urtean behin egiten dira, milioi bat deboto inguru erakarriz. Lau *mela* hiri sakratuak Allahabad, Hardwar, Nasik eta Ujjain dira.

Txinako lehen bidaiariak Indiako gizartearen irudi deigarri asko utzi dizkigute. Fa-Hsien apaiz txinatarrak kontakizun bat idatzi zuen -ren bere hamaika urteak barruan India zehar hau erregealdi -ren Chandragupta II. (hasieran 4. mendea). Ez The Txinera egilea kontatzen du: "Herrialde osoan inork ez du izaki bizidunik hiltzen, ezta ardorik edaten ere. dituzte txerririk edo hegaztirik hazten; ez dago

harremanak barruan behiak, ez harategiko dendak edo destilategiak. Gelak -rekin oheak eta koltxoak, janaria eta arropak, dira emanda apaiz egoiliar eta bidaiarientzat huts egin gabe, eta hau berdina da leku guztietan. Apaizak onginahiarekin aritzen dira ministerioak eta -rekin kantuan liturgiak; edo haiek eseri barruan meditazioa». Fa-Hsien .esaten du gu hau Indiarra jendea zoriontsu eta zintzoak ziren; heriotza zigorra ezezaguna zen

42-7 : Ni zen ez oraina -n hau hildako -ren nire ama, adineko anaia Ananta, zaharrena arreba Erroma, Maisu, Aita, edo hainbat dizipulu hurbilen artean.

(.Aita gaingitu piztuta -n Kalkuta barruan 1942an, -n hau adina -ren laurogeita bederatzi)

42-8 Indiako ehunka mila sadhuak zazpi buruzagiek osatutako batzorde exekutibo batek kontrolatzen ditu, eta hauek ordezkatzen dituzte. zazpi handi atalak -ren India. The oraina *Mahamandaswar* edo presidente da Joyendra Puri. Hau santu Gizona oso isila da, askotan bere hizkera hiru hitzetara mugatzen du: Egia, Maitasuna eta Lana. Elkarriketa nahikoa!

42-9 Badirudi tigre bat gaingitzeko metodo asko daudela. Francis Birtles esploratzaile australiar batek kontatu du Indiako oihanak "askotarikoak, ederrak eta seguruak" iruditu zitzaizkiola. Bere segurtasun-xarma euli-papera zen. "Gauero kantitate bat zabaltzen nuen..." -ren orriak inguruan nire kanpaleku eta zen inoiz ez asaldatuta", bera azaldu. "The arrazoa da psikologikoa. The tigre da duintasun handiko animalia kontzientea. Inguruan ibiltzen da eta gizakiari erronka egiten dio euli-paperera iritsi arte; gero alde egiten du. Inongo tigre duin batek ere ez luke gizaki bati aurre egin ausartuko euli-paper itsaskor baten gainean makurtu ondoren!

42-10 : Ondoren Ni itzuli ra Amerika Ni hartu itzalita hirurogeita bost libra.

42-11 : Sri Yukteswar gaingitu -n hau ordua-7:00 Lehen Ministroa, Martxo 9, 1936.

42-12 Indiako hileta-ohiturek etxejabeen errausketa eskatzen dute; beste ordena batzuetako swamiak eta monjeak ez dira errausten, baina lurperatuta. (Hor dira noizbehinkako salbuespenak.) The gorputzak -ren monjeak dira sinbolikoki kontuan hartu ra monastegi-botoa egitean jakinduriaren suan erraustu dira.

KAPITULUA: 43

The Pizkundea -ren Sri Yukteswar

«Krishna Jauna!» Avatar itxura loriatsua agertu zen distiratsu batean Bombayko Regent Hoteleko nire gelan eserita nengoela. Kalearen beste aldean zegoen eraikin garai baten teilatuan distira eginez, ikuspen esanezin hori bat-batean lehertu zitzaidan begietara hirugarren solairuko leiho luze irekitik begira nengoela.

Jainkozko irudiak agurtu ninduen, irribarrez eta buruarekin keinu eginez. Krishna Jaunaren mezua zehatz-mehatz ulertu ezin nuenean, bedeinkapen keinu batekin alde egin zuen. Harrigarriro goratuta, gertaera espiritual bat iragartzen ari zela sentitu nuen.

Mendebaldeko bidaia, momentuz, bertan behera utzi zuten. Hainbat hitzaldi publiko ematekoak nituen Bombay-n, Bengalara itzultzeko bisitan joan aurretik.

1936ko ekainaren 19an, arratsaldeko hiruretan, Bombayko hotelean ohean eserita nengoela -Krishnaren ikuspena izan eta astebetera-, argi beatifiko batek esnatu ninduen meditaziotik. Nire begiak ireki aurretik... eta begi harrituekin, gela osoa mundu arraro batean eraldatu zen, eguzki-argia distira gaindikoan eraldatu zen.

Sri Yukteswarren haragizko eta odolezko forma ikusi nuenean, lilura-

uhinek hartu ninduten! "Ene seme!", esan zuen Maisuak samurki,

aingeru-irribarre liluragarri batekin aurpegian.

Nire bizitzan lehen aldiz ez nintzen haren oinetan belaunikatu agurtzeko, baizik eta berehala aurrera egin nuen besoetan hartzeko gogoz. Une batez une! Azken hilabeteetako atsekabea pisurik gabekoa zen orain jaisten ari zen zoriontasun uholdetsuaren aurrean.

«Ene nagusi, bihotzeko maitea, zergatik utzi nauzu?» Pozez beterik nengoen, eta ez nuen ezer esan nahi. «Zergatik?» egin zu utzi ni joan ra hau *Kumbha Mela* ? Nola mingots izan Ni errudun neure burua -rako irteten zu!"



"ren bidez B. K. Mitra barruan "Kalyana- Kalpatur-

KRISHNA, ANTZINAKOA PROFETA -KO INDIA

Bhagavad Gitan agertzen den aholku espirituala Biblia hindu bihurtu den jainkozko maisuaren artista moderno baten kontzepzioa . Krishna arte hinduan pauma-luma batekin irudikatzen da ileetan (Jaunaren *lila* , *jolasa edo kirol sortzailea*) eta txirula bat eskuan duela, zeinaren nota liluragarriek debotoak banan-banan maya edo engainu kosmikoaren loalditik esnatzen dituzten .

"Ez nuen nahi lehen aldiz erromesaldiko lekua ikusteko zure zorion-itxaropena oztopatu." Babaji ezagutu nuen. Denbora gutxirako bakarrik utzi zintudan; ez al nago berriro zurekin?

"Baina zu al zara , Maisu, Jainkoaren Lehoi bera? Puri hondar krudelen azpian lurperatu nuenaren antzeko gorputza daramazu?"

"Bai, seme maitea, berdina naiz. Haragizko eta odolezko gorputza da hau. Etereoa dela ikusten dudan arren, zure ikuspuntutik fisikoa da. Atomo kosmikoetatik gorputz guztiz berri bat sortu nuen, Puri-ko ametsen hondarren azpian zure ametsen munduan jarri zenuen gorputz fisiko kosmiko horren antzekoa. Egia esan, berpiztu naiz, ez lurrean, baizik eta planeta astral batean. Bertako biztanleak lurreko gizateria baino hobeto gai dira nire estandar altuak betetzeko. Han, zu eta zure maite gorenak noizbait nirekin egongo zarete."

"Hilgabea gurua, esan ni gehiago!"

Maisuak barre algara azkar eta alai bat egin zuen. "Mesedez, maitea", esan zuen,

"ez al duzu pixka bat lasaituko heldulekua ?"

«Pixka bat bakarrik!» Olagarro baten besarkada batekin besarkatu nuen. Lehenago bere gorputzaren ezaugarria zen usain ahul, lurrintsu eta natural bera sumatzen nuen. Bere ukitu zirraragarria...

Jainkozko haragia oraindik irauten du nire besoen barnealdean eta esku-ahurretan ordu glorioso horiek gogoratzen ditudanean.

"Profetak lurrera bidaltzen diren bezala gizakiei beren karma fisikoa lantzen laguntzeko, horrela gidatu naute" Jainkoa ra zerbitzatu piztuta bat astral planeta bezala bat salbatzailea", Sri Yukteswar azaldu. "Hori da *Hiranyaloka edo 'Planeta Astral Argiztatua'* deitzen zaio . Han izaki aurreratuei laguntzen ari naiz karma astrala kentzeko eta, horrela, birsortze astraletatik askapena lortzeko. Hiranyalokako biztanleak oso garatuta daude espiritualki; guztiek eskuratu zuten, azken lurreko enkarnazioan, meditazioak emandako boterea, heriotzan beren gorputz fisikoak kontzienteki uzteko. Inork ezin du Hiranyalokara sartu, lurrean *sabikalpa samadhi egoeratik haratago nirbikalpa samadhi* egoera altuago batera igaro ez bada . **43-1**

"Hiranyalokako biztanleak dagoeneko igaro dira ohiko astral esferaetatik, lurreko ia izaki guztiek heriotzan joan behar duten lekura; han landu zituzten iraganeko ekintzen hazi asko mundu astraletan. Izaki aurreratuek bakarrik egin dezakete halako erredentzio-lana eraginkortasunez mundu astraletan. Ondoren, beren arimak gorputz astraletan dauden arrasto karmikoen kokolotik erabat askatzeko, izaki goren hauek lege kosmikoak erakarri zituen gorputz astral berriekin Hiranyalokara, eguzki astrala edo zerua, berriro jaiotzera, non berpiztu naizen haiei laguntzeko. Hiranyalokan badira izaki oso aurreratuak ere, goi-mailako mundu sotilago eta kausal batetik etorri direnak."

Nire gogoa hain perfektuki egokituta zegoen nire guruarekin, ezen bere hitz-irudiak partez ahozotasunaren bidez eta partez pentsamendu-transferentziaren bidez helarazten zizkidan. Horrela, azkar jasotzen ari nintzen bere ideia-tabloideak.

«Irakurri duzue idatzietan», jarraitu zuen Maisuak, «Jainkoak giza arima hiru gorputzetan bildu zuela bata bestearen atzetik: ideia-gorputzean edo kausalean; gorputz astral sotilean, gizakiaren adimen- eta adimen-sistemaren egoitzan». izaera emozionalak; eta gorputz fisiko gordina. Lurrean, gizakia bere zentzumen fisikoekin hornituta dago. Izaki astral batek bere kontzientziarekin eta sentimenduekin eta bizitza-tronez osatutako gorputz batekin lan egiten du.

43-2 Izaki kausal bat ideien zorientasun-erreinuan geratzen da. Nire lana mundu kausalean sartzeko prestatzen ari diren izaki astral horiekin da.

«Maisu adoragarria, mesedez, kontatu gehiago kosmos astralari buruz». Sri Yukteswarren eskariz besarkada pixka bat lasaitu nuen arren, besoak oraindik haren inguruan nituen. Altxorra, guztiaren gainetik... altxorrak, heriotzari barre egin zion nire gurua nigana iristeko!

«Planeta astral asko daude, izaki astralez gainezka», hasi zen Maisua. «Biztanleek plano astralak edo argi-masak erabiltzen dituzte planeta batetik bestera

bidaiatzeko, elektrizitatea eta energia erradioaktiboak baino azkarrago.

"Unibertso astrala, argi eta kolore bibrazio sotil ezberdinez osatua, ehunka aldiz handiagoa da kosmos materiala baino. Sorkuntza fisiko osoa saski txiki eta sendo bat bezala dago zintzilik esfera astralaren globo argitsu erraldoiaren azpian. Eguzki eta izar fisiko asko espazioan dabiltzan bezala, eguzki eta izar sistema astral ugari ere badaude. Haien planetek eguzki eta ilargi astralak dituzte, fisikoak baino ederragoak. Argi astralek aurora borealaren antza dute."

boreal-aurora astral eguzkitsua ilargi izpi epeleko aurora baino distiratsuagoa da. Eguna eta gaua astralak Lurrekoak baino luzeagoak dira.

"Astral mundua infinituki ederra, garbia, purua eta ordenatua da. Ez dago planeta hilik edo lur antzurik. Lurreko orbanak -belarrak, bakterioak, intsektuak, sugeak- ez daude. Lurraren klima eta urtaro aldakorak ez bezala, astral planetek udaberri betiereko tenperatura uniformea mantentzen dute, noizean behin elur zuri distiratsurekin eta kolore anitzeko argien euriarekin. Astral planetak opalo lakuetan, itsaso distiratsuetan eta ortzadar ibaietan ugariak dira."

"Ohiko astral unibertsoa -ez Hiranyalokaren astral zeru sotila- jendez beteta dago" Lurretik gutxi gorabehera etorri diren milioika izaki astral, eta baita maitagarri, sirena, arrain, animalia, iratxo, gnomo, erdijainko eta espiritu ugari ere, guztiak planeta astral desberdinetan bizi direnak karma-kualifikazioen arabera. Hainbat jauregi esferiko edo eskualde bibrazional eskaintzen dira espiritu on eta gaiztoentzat. Onak libreki bidaiatu dezakete, baina espiritu gaiztoak eremu mugatueta mugatzen dira. Gizakiak lurraren gainazalean bizi diren bezala, harrak lurzorua barruan, arrainak uretan eta hegaztiak airean, maila desberdinetako izaki astralak bibrazio-auzo egokietara esleitzen dira.

"Beste munduetatik kanporatutako aingeru ilun erorien artean, marruskadura eta gerra gertatzen dira bizitza-bonba tronikoekin edo *mantriko mentalekin* **43-3**" izpi bibrazionalak. Izaki hauek kosmos astral beheko eskualde ilunetan bizi dira, beren karma gaiztoa lantzen.

"Astral kartzela ilunaren gaineko eremu zabaletan, dena distiratsu eta ederra da. Kosmos astrala lurra baino naturalago dago jainkoen borondatearekin eta perfekzioaren planarekin sintonizatuta. Objektu astral guztiak Jainkoaren borondatez agertzen dira batez ere, eta izaki astralen borondate-deiaren bidez neurri batean. Jada sortutako edozer gauzaren grazia eta forma aldatzeko edo hobetzeko ahalmena dute." Jauna. Bere seme-alabei askatasuna eta pribilegioa eman die kosmos astrala nahi bezala aldatzeko edo hobetzeko. Lurrean, solido bat likido edo beste forma batera eraldatu behar da prozesu natural edo kimikoen bidez, baina solido astralak likido, gas edo energia astral bihurtzen dira biztanleen borondatearen bidez soilik eta berehala.

«Lurra ilun dago itsasoan, lehorrean eta airean gerra eta hilketa», jarraitu zuen nire guruak, «baina astrala erresumak jakin bat zoriontsu harmonia eta berdintasun. Astrala izakiak desmaterializatu edo beren formak nahierara gauzatu. Loreek, arrainek edo animaliek denbora batez metamorfosatu daitezke gizon astralak. Izaki astral guztiak edozein forma hartzeko askatasuna dute, eta erraz komunikatu daitezke elkarrekin. Ez dago lege natural finko, zehatzik inguratzen dituenik; adibidez, edozein zuhaitz astral ezin da arrakastaz garatu mango astral bat edo nahi den beste fruta, lore edo beste edozein objektu ekoizteko eskatzen zaio.

Karma-murrizketa batzuk badaude ere, mundu astralean ez dago bereizketarik forma desberdinen desiragarritasunari buruz. Dena Jainkoaren argi sortzailearekin bizia da.

"Inor ez da emakumearengandik jaiotzen; ondorengoak izaki astralek materializatzen dituzte beren borondate kosmikoaren laguntzarekin, forma berezi eta astralki trinkotuetan. Duela gutxi gorputzik gabeko izakia gonbidapen bidez iristen da familia astral batera, antzeko joera mental eta espiritualek erakarrita."

"Gorputz astrala ez dago hotzaren, beroaren edo bestelako baldintza naturalen menpe. Anatomiak garun astral bat, edo mila petaloko argi-lotoa, eta sei zentro esnatu ditu barne." *sushumna* , edo ardatz astral zerebro-bizkarrezur-muinekoa. Bihotzak energia kosmikoa eta argia hartzen ditu garun astraletik, eta nerbio astraletara eta gorputz-zeluletara, edo bizitza-tronetara, ponpatzen ditu. Izaki astralek beren gorputzetan eragina izan dezakete indar bizitzatronikoaren edo bibrazio *mantrikoen bidez* .

"Gorputz astrala azken forma fisikoaren pareko zehatza da. Izaki astralek gaztaroan aurreko lurreko egonaldian zuten itxura bera mantentzen dute; noizean behin izaki astral batek, nik bezala, zahartzaro itxura mantentzea aukeratzen du". Maisuak, gaztetasunaren funtsa bera islatuz, barre alai bat egin zuen.

«Bost zentzumenek bakarrik ezagutzen duten hiru dimentsioko mundu fisiko espazialaren aldean, astral esferak seigarren zentzumen osoaren intuizioarentzat ikusgai daude», jarraitu zuen Sri Yukteswarrek. «Intuiziozko sentimendu hutsez, izaki astral guztiek ikusten, entzuten, usaintzen, dastatzen eta ukitzen dute. Hiru begi dituzte, eta horietatik bi partzialki itxita daude. Hirugarren eta nagusia den astral begia, kopetan bertikalki kokatua,...» ireki. Izaki astralek kanpoko zentzumen-organo guztiak dituzte: belarriak, begiak, sudurra, mihia eta azala, baina intuizio-zentzua erabiltzen dute gorputzeko edozein atalen bidez sentrazioak bizitzeko; belarriaren, sudurraren edo azalaren bidez ikus dezakete. Begien edo mihiaren bidez entzun dezakete, eta belarrien edo azalaren bidez dastatu, eta abar.

43-4

"Gizakiaren gorputz fisikoa arrisku ugariaren menpe dago, eta erraz mindu edo elbarritu daiteke; gorputz astral etereoa noizean behin moztu edo ubeldu daiteke, baina borondate hutsarekin berehala sendatzen da."

"Gurudeva, dira guztiak astral pertsonak ederra?"

«Astral munduan edertasuna ezaugarri espirituala dela ezagutzen da, eta ez kanpoko itxura», erantzun zuen Sri Yukteswarrek. «Beraz, izaki astralek garrantzi gutxi ematen diete aurpegiko ezaugarriei. Hala ere, pribilegioa dute nahi dutenean gorputz berri, koloretsu eta astralki materializatuekin janzteko. Munduko gizonek festa ekitaldietarako jantzi berriak janzten dituzten bezala, izaki astralek aukera aurkitzen dute bereziki diseinatutako formekin janzteko».

"Hiranyaloka bezalako goi-mailako astral planetetan astral ospakizun alaiak gertatzen dira izaki bat aurrerapen espiritualaren bidez astral mundutik askatzen denean, eta, beraz, kausal munduaren zerura sartzeko prest dagoenean. Halakoetan, Zeruko Aita Ikusezinak eta berarekin bat egiten duten santuek aukeratzen dituzten gorputzetan materializatu eta astral ospakizunera batzen dira.

Bere maite debotoari atsegin emateko, Jaunak nahi duen edozein forma hartzen du. Baldin eta..." Debozioaren bidez gurtzen den debotoak Jainkoa Ama Jainkotiar gisa ikusten du. Jesusentzat, Infinituaren Aita alderdia beste kontzepzio batzuen gainetik erakargarria zen. Sortzaileak bere izaki bakoitzari eman dion indibidualtasunak pentsaezina eta pentsaezina egiten du dena Jaunaren moldakortasunari eskaera!" Nire guruak eta biok pozik barre egin genuen elkarrekin.

«Beste bizitzetako lagunek erraz ezagutzen dute elkar mundu astralean», jarraitu zuen Sri Yukteswarrek bere txirula-antzeko ahots eder horrekin.

«Adiskidetasunaren hilezkortasunaz poztuz, maitasunaren suntsiezintasunaz jabetzen dira, lurreko bizitzako banantze triste eta engainagarrien garaian askotan zalantzan jartzen zena».

"The intuizioa -ren astral izakiak zulatu egiten du zehar hau belo eta behatzen du gizaki jarduerak piztuta lurra, baina gizakiak ezin du mundu astrala ikusi bere seigarren zentzumena neurri batean garatuta ez badago. Lurreko milaka biztanlek une batez izaki astral bat edo mundu astral bat ikusi dute.

Hiranyalokako izaki aurreratuak gehienbat extasian esna egoten dira egun eta gau astral luzean, gobernu kosmikoaren arazo korapilatsuak eta seme galduen, lurreko arimen, erredentzioa konpontzen lagunduz. Hiranyalokako izakiak lo daudenean, noizean behin amets itxurako ikuspegi astralak izaten dituzte. Haien adimenak normalean *nirbikalpa* zoriontasun gorenaren egoera kontzientean murgilduta daude.

"Astral munduetako leku guztietako biztanleak oraindik ere buruko agoniak jasaten dituzte. Hiranyaloka bezalako planetetako izaki gorenaren adimen sentikorrek mina sentitzen dute jokabidean edo egiaren pertzepzioan akatsen bat egiten bada. Izaki aurreratu hauek beren ekintza eta pentsamendu guztiak lege espiritualaren perfekzioarekin bat etortzen saiatzen dira."

"Astral biztanleen arteko komunikazioa telepatia astralaren eta telebistaren bidez egiten da erabat; ez dago idatzizko eta ahozko hitzaren nahasmen eta gaizki-ulerturik, Lurreko biztanleek jasan behar dutena. Zinemako pantailan pertsonak argi-irudi sorta baten bidez mugitzen eta jokutzen ari direla dirudien bezala, eta ez dute benetan arnasa hartzen, izaki astralak argiaren irudi adimentsu gidatu eta koordinatu gisa ibiltzen eta lan egiten dute, oxigenotik energia atera beharrik gabe. Gizakia solidoen, likidoen, gasen eta energiaren menpe dago bizitzeko; izaki astralak batez ere argi kosmikoaren bidez eusten dute."

«Maisu ene, izaki astralek zerbait jaten al dute?» Bere argibide zoragarriak edaten ari nintzen nire gaitasun guztien hartzailetasunarekin: adimena, bihotza, arima. Egiaren pertzepzio superkontzienteak betirako errealak eta aldaezinak dira, zentzumen-esperientzia eta inpresio iragankorrak, berriz, ez dira inoiz aldi baterako edo erlatiboki egiazkoak baino, eta laster galtzen dute oroimenean beren bizitasun guztia. Nire guruaren hitzak hain sarkorki inprimatuta zeuden nire izatearen pergaminoan, non edozein unetan, nire adimena egoera superkontzientera eramanez, jainkozko esperientzia argi eta garbi bizi dezaket.

"Argitsua izpi itxurako barazkiak ugari barruan hau astral lurzorua", bera erantzun zuen. "The astral Izakiek barazkiak kontsumitzen dituzte eta argi iturri loriatsuetatik eta erreka eta ibai astraletatik datorren nektarra edaten dute. Lurreko pertsonen irudi ikusezinak eterretik atera eta telebista aparatu batek ikusgai egin ditzakeen bezala, gero berririo espaziora bidaliz, Jainkoak sortutako barazki eta landareen plano astral ikusezinak eterrean flotatzen direnak planeta astral batean hauspeatzen dira. egilea hau borondatea -ren bere biztanleak. Barruan hau berdina bidea, -tik hau basatiena dotore -ren hauek izakietan, lore usaintsuen lorategi osoak materializatu egiten dira, geroago ikusezintasun eterikora itzuliz.

Hiranyaloka bezalako zeruko planetetan bizi direnak ia jateko beharretik libre dauden arren, are handiagoa da mundu kausalean ia erabat askatutako arimen existentzia baldintzatugabea, zoriontasun mana baino ez dutenak jaten.

"Lurrak askatutako izaki astralak senide, aita, ama, emazte, senar eta lagun ugari ezagutzen ditu, Lurrean enkarnazio desberdinetan eskuratuak, 43-5" noizean behin astral erreinuko hainbat tokitan agertzen diren bezala. Beraz, nor maitatu behar duen bereziki ulertzeko gai ez da; horrela ikasten du jainkozko eta berdintasunezko maitasuna guztiei ematen, haurrei eta...

Jainkoaren adierazpen indibidualizatuak. Maite ditugunen kanpoko itxura aldatu egin daitekeen arren, arima jakin baten azken bizitzan ezaugarri berrien garapenaren arabera, izaki astralak bere intuizio hutsezina erabiltzen du beste existentzia-plano batzuetan maite zituen guztiak ezagutzeko eta beren etxe astral berrira ongi etorria emateko. Sorkuntzako atomo bakoitza indibidualtasunez hornituta dagoelako, **43-6** Lagun astral bat ezagutuko da, jantzita duen jantzia edozein dela ere, lurrean aktore baten identitatea behaketa zehatzaren bidez aurki daitekeen bezala, mozerro oro izan arren.

"Bizitza mundu astralean lurrean baino askoz luzeagoa da. Mundu astral aurreratu normal bat" Izaki baten batez besteko bizi-aldia bostehun eta mila urte artekoa da, lurreko denbora-arauekin neurtuta. Sekuoia batzuk milaka urtez zuhaitz gehienak baino gehiago bizi diren bezala, edo yogi batzuk ehunka urte bizi diren bezala, nahiz eta gizon gehienak hirurogei urte bete aurretik hiltzen diren, izaki astral batzuk ohiko existentzia astrala baino askoz gehiago bizi dira. Mundu astralera datozen bisitariak denbora luzeagoan edo laburragoan bizi dira bertan, beren karma fisikoaren pisuaren arabera, eta honek denbora jakin batean Lurrera itzultzen ditu.

"Izaki astralak ez du heriotzarekin borrokatu beharrik bere gorputz argitsua kentzeko unean. Izaki horietako askok, hala ere, urduri sentitzen dira beren forma astrala utzi eta kausal sotilago baten alde egitearen ideian. Mundu astrala libre dago nahi gabeko heriotzatik, gaixotasunetik eta zahartzarotik. Hiru beldur hauek lurraren madarikazioa dira, non gizakiak bere kontzientziari utzi dion..." ra identifikatu bera ia guztiz -rekin bat hauskor fisikoa gorputza eskatzen konstante laguntza -tik airea, janaria eta loa existitzeko.

"Heriotza fisikoa arnasaren desagertapenarekin eta haragi-zelulen desintegrazioarekin batera gertatzen da. Heriotza astrala bizitza osatzen duten energia-unitate agerikoen bizitza den lifetronen sakabanaketa da. Heriotza fisikoan, izaki batek haragiaren kontzientzia galtzen du eta bere gorputz sotilaren kontzientzia hartzen du mundu astralean. Heriotza astrala garaiz bizitzean,..." Horrela, izatea jaiotza eta heriotza astralaren kontzientziatik jaiotza eta heriotza fisikoaren kontzientziara igarotzen da. Astral eta fisikoki inguratzen diren ziklo errepikakor hauek izaki argitu gabe guztien patu saihestezina dira. Zeruaren eta infernuaren definizio biblikoek batzuetan gizakiaren subkontziente sakonagoa astintzen dute. oroitzapenak -ren bere luze seriea -ren esperientziak barruan hau alai astral eta lurreko mundu etsigarriak".

«Maisu maitea», galdetu nion, «xeheago azalduko al zenuke lurrean birjaiotzearen eta astral eta kausal esparruetan dagoenaren arteko aldea?»

«Gizakia, arima indibidualizatu gisa, funtsean gorputz kausala du», azaldu zuen nire guruak. «Gorputz hori matrizea da» -ren hau hogeita hamabost *ideiak* beharrezkoa egilea Jainkoa bezala hau oinarritzko edo kausala pentsatu indarrak -tik geroago hemeretzi elementuko gorputz astral sotila eta hamasei elementuko gorputz fisiko

gordina eratu zituen.

"Astral gorputzaren hemeretzi elementuak mentalak, emozionalak eta bizitronikoak dira. Hemezortzi osagaiak adimena; egoa; sentimendua; gogoa (zentzumen-kontzientzia); ezagutzaren bost tresna , ikusmenaren, entzumenaren, usaimenaren, dastamenaren eta ukimenaren zentzumenen pareko soutilak; *ekintzaren bost tresna* , ugaltzeko, iraizteko, exektatzeko gaitasun exekutiboen korrespondentzia mentala" dira.

hitz egin, ibili eta eskuzko trebetasuna praktikatu; eta *bizi-indarraren bost tresna* , gorputzaren kristalizazio, asimilazio, ezabatze, metabolizazio eta zirkulazio funtzioak egiteko ahalmena dutenak. Hemezortzi elementuz osatutako astral estalki sotil honek gorputz fisikoaren heriotzaren ondoren bizirik irauten du, eta gorputza hamasei elementu metaliko eta ez-metalikoz osatuta dago.

"Jainkoak ideia desberdinak pentsatu zituen bere baitan eta ametsetan proiektatu zituen. Horrela sortu zen Amets Kosmikoa, bere erlatibitatearen apaingarri amaigabe erraldoi guztiekin apaindua."

"Gorputz kausalaren hogeita hamabost pentsamendu-kategoriatan, Jainkoak gizakiaren hemeretzi konplexutasun guztiak landu zituen" astral eta hamasei fisikoa parekideak. Egilea: kondentsazioa -ren bibraziozko indarrak, lehenik sotila, gero gordina, gizakiaren gorputz astrala eta azkenik bere forma fisikoa sortu zituen. Erlatibitatearen legearen arabera, zeinaren bidez Sinpletasun Nagusia aniztasun nahasgarri bihurtu den, kosmos kausala eta gorputz kausala kosmos astraletik eta gorputz astraletik desberdinak dira; kosmos fisikoa eta gorputz fisikoa, era berean, sorkuntzaren beste formekin desberdinak dira.

"Haragizko gorputza Sortzailearen amets finko eta objektibatuez osatuta dago. Dualtasunak beti daude lurrian: gaixotasuna eta osasuna, mina eta plazerra, galera eta irabazia. Gizakiek mugak eta erresistentzia aurkitzen dituzte hiru dimentsioko materialen. Gizakiaren bizitzeko nahia gaixotasunak edo beste kausa batzuek larriki astintzen dutenean, heriotza iristen da; haragizko geruza astuna aldi baterako kentzen da. Arima, ordea, gorputz astral eta kausalean gordeta geratzen da. 43-7" Hiru gorputzak elkarrekin lotzen dituen itsaspen-indarra desira da. Bete gabeko desioen boterea da gizakiaren esklabutza guztiaren erroa.

"Desira fisikoak egoismoan eta zentzumen-plazeretan errotuta daude. Esperientzia sentzorialaren konpultsioa edo tentazioa astral atxikimenduekin edo pertzepzio kausalekin lotutako desira-indarra baino indartsuagoa da."

"Astralak nahiak bibrazioaren gozamenaren inguruan oinarritzen dira. Izaki astralek esferen musika etereoaz gozatzen dute eta sorkuntza guztiaren ikusmenak liluratzen ditu, argi aldakorren adierazpen agortezin gisa. Izaki astralek argia usaintzen, dastatzen eta ukitzen dute. Beraz, astralen nahiak izaki astral batek objektu eta esperientzia guztiak argi forma edo pentsamendu edo amets kondentsatu gisa prezipitatzeko duen boterearekin lotuta daude."

"Kausazkoa nahiak dira beteta egilea pertzepzioa bakarrik. The ia libre izakiak MOE dira estalitako bakarrik Gorputz kausalean unibertso osoa ikusten dute Jainkoaren amets-ideien gauzatze gisa; edozer gauza materializatu dezakete pentsamendu hutsean. Beraz, izaki kausalek sentzazio fisikoen edo gozamen astralen gozamena zakar eta itogarritzat jotzen dute arimaren sentikortasun

finentzat. Izaki kausalek beren desioak berehala materializatuz gauzatzen dituzte.

43-8 Gorputz kausalaren belo delikatuak bakarrik estalita aurkitzen direnek unibertsoak agertarazteko gai dira, Sortzailea bezala ere. Sorkuntza guztia amets kosmikoen ehunduraz egina dagoenez, kausalez meheki jantzitako arimak boterearen errealizazio zabalak ditu.

"Arima bat, berez ikusezina denez, bere gorputzaren edo gorputzen presentziagatik bakarrik bereiz daiteke. hutsa presentzia -ren bat gorputza adierazten du hori bere existentzia da egina posible egilea bete gabe nahiak. **43-**

"Gizakiaren arima ezjakintasunaren eta desioen kortxoekin ondo itxita dagoen bitartean, ezin da Espirituaren itsasoarekin batu. Itsaso lodia denean..." ontzi fisikoa heriotzaren mailuak suntsitzen du, beste bi estalkiak -astrala eta kausalak - oraindik ere geratzen dira arimak Bizitza Omnipresentearekin kontzienteki bat egitea eragozteko. Jakinduriaren bidez desiorik eza lortzen denean, bere botereak gainerako bi ontziak desegiten ditu. Giza arima txikia sortzen da, azkenean libre; Anplitude Neurrigabearekin bat da.

Ni galdetu nire jainkotiar guru ra estalpe gehiago argi piztuta hau altua eta misteriotsu kausala mundua.

«Mundu kausala deskribaezin sotala da», erantzun zuen. «Ulertzeko, beharko litzateke» kontzentrazio-ahalmen izugarriak izatea, non begiak itxi eta kosmos astrala eta kosmos fisikoa beren zabaltasun osoan bistaratu zitzakeen -saski solidoa zuen globo argitsua- ideietan bakarrik existitzen zirela. Kontzentrazio gaingizatiar honen bidez bihurtzea edo ebaztea hau bi kosmosak -rekin guztiak haien konplexutasunak. sartu garden ideiak, bera egingo nuke orduan Mundu kausalera iritsi eta gogoaren eta materiaren arteko fusio-mugan kokatu. Han, sortutako gauza guztiak hautematen dira -solidoak, likidoak, gasak, elektrizitatea, energia, izaki guztiak, jainkoak, gizakiak, animaliak, landareak, bakterioak- kontzientziaren forma gisa, gizaki batek begiak itxi eta existitzen dela konturatu daitekeen bezala, nahiz eta bere gorputza ikusezina izan begi fisikoentzat eta ideia gisa soilik egon.

"Gizaki batek fantasian egin dezakeen guztia, izaki kausal batek errealitatean egin dezake. Giza adimen irudimentsu erraldoienak ere, buruan bakarrik, pentsamenduaren mutur batetik bestera joateko, mentalki planeta batetik bestera salto egiteko, edo betikotasuneko zulo batetik behera etengabe erortzeko, edo suziri baten antzera galaxia-geruzara igotzeko, edo esne-bideen eta izar-espazioen gainetik foku baten antzera distiratzeko gai da. Baina munduko izaki kausaleko askatasun askoz handiagoa dute, eta ahaleginik gabe beren pentsamenduak berehalako objektibotasunean adieraz ditzakete, inolako oztopo materialik edo astralik edo mugarik gabe."

"Izaki kausalek konturatzen dira kosmos fisikoa ez dagoela batez ere elektroiez osatuta, ezta" astral kosmosa funtsean bizitza-tronez osatua -biak errealitatean Jainkoaren partikula txikienetatik sortuak-, *maya- k txikituta eta banatuta* , erlatibitatearen legeak Noumenoia Bere fenomenoetatik bereizteko esku hartzen duenak.

"Mundu kausaleko arimek elkar ezagutzen dute Izpiritu alaiaren puntu indibidualizatu gisa; beren pentsamendu-gauzak dira inguratzen dituzten objektu bakarrak. Izaki kausalek beren gorputzen eta pentsamenduen arteko aldea ideia

hutsak direla ikusten dute. Gizaki batek, begiak itxita, argi zuri distiratsu bat edo laino urdin ahul bat ikus dezakeen bezala, izaki kausalek pentsamenduaren bidez bakarrik ikus, entzun, sentitu, dastatu eta ukitzeko gai dira; edozer sortzen dute, edo disolbatzen dute, gogo kosmikoaren boterearen bidez."

"Mundu kausalean, bai heriotza bai birjaiotza pentsamenduan daude. Izaki kausalak janariaz bakarrik jaten dute" betiko ezagutza berriaren anbrosia. Bakearen iturburuetatik edaten dute, pertzepzioen lurzoru bidegabean ibiltzen dira, zoriontasunaren ozeano amaigabean igeri egiten dute. Hara! ikusi haien pentsamendu-gorputz distiratsuak Izpirituak sortutako planeta bilioien, unibertsoen burbuila freskoen, jakinduria-izarren, nebulosa urreztatuen amets espektralaren gainetik igarotzen, Infinituaren zero urdineko bular osoan zehar!

"Izaki asko milaka urtez geratzen dira kosmos kausalean. Estasi sakonagoen bidez, arima askatuak gorputz kausal txikitik erretiratzen da eta kosmos kausalaren zabalera janzen du. Ideien zurrumbilo bereizi guztiak, boterearen olatu partikularrak, maitasuna, borondatea, poza, bakea, intuizioa, lasaitasuna, autokontrola eta kontzentrazioa Zoriontasunaren Itsaso beti alaian urtzen dira. Arimak ez du gehiago bere poza kontzientziaren olatu indibidualizatu gisa bizi beharrik, baizik eta Ozeano Kosmiko Bakarrean bat egiten du, bere olatu guztiekin: barre, zirrara eta taupada betierekoekin."

"Arima hiru gorputzen kokolotik kanpo dagoenean, erlatibitatearen legetik betiko ihes egiten du eta Beti-Existente bihurtzen da, esanezin." **43-10** Begira Nonahikotasunaren tximeleta, izarrez, ilargiz eta eguzkiz zizelkatutako hegoak dituela! Espirituan hedatutako arima bakarrik geratzen da argitasunik gabeko eskualdean, iluntasunik gabeko iluntasunean, pentsamendurik gabeko pentsamenduan, Jainkoaren sorkuntza kosmikoaren ametsaren poz-estasiar mozkortuta.

"A doan arima!" Ni eiakulatu barruan harridura

«Arima bat azkenean gorputzeko hiru engainu-ontzietatik ateratzen denean», jarraitu zuen Maisuak, «Infinituarekin bat egiten da, banakotasunik galdu gabe. Kristok azken askatasun hau irabazi zuen Jesus bezala jaio aurretik ere. Bere iraganeko hiru etapetan, bere lurreko bizitzan heriotzaren eta berpizkundearen esperientziaren hiru egunetan sinbolizatuta, Izpirituan guztiz jaikitze boterea lortu zuen.

"Garapenik gabeko gizakiak lurreko, astral eta kausaleko enkarnazio ugari jasan behar ditu bere hiru gorputzetatik ateratzeko. Azken askatasun hori lortzen duen maisuak lurrera itzultzea aukera dezake profeta gisa, beste gizaki batzuk Jainkoarengana itzultzeko, edo, nire antzera, kosmos astralean bizitzea aukera dezake. Han, salbatzaile batek biztanleen karmaren zama hartzen du bere gain **43-11**" eta horrela laguntzen die astral kosmosean berraragitze-zikloa amaitzen eta betiko kausal esparruetara joaten. Edo askatutako arima bat kausal munduan sar daiteke bere izakiei kausal gorputzean duten iraupena laburtzen eta horrela Askatasun Absolutua lortzen laguntzeko.

«Berpiztua, arimak hiru munduetara itzultzera behartzen dituen karmari buruz gehiago jakin nahi dut». Betiko entzun ahal izango nioke nire Maisu orojakileari, pentsatu nuen. Inoiz ez nintzen gai izan bere lurreko bizitzan hainbeste bereganatzeko. Orain, lehen aldiz, bizitzaren eta heriotzaren dama-taularen tarte enigmatikoei buruzko ikuspegi argi eta zehatza jasotzen ari nintzen.

«Gizakiaren karma fisikoa edo nahiak guztiz landu behar dira mundu astraletan behin betiko egonaldia posible izan aurretik», azaldu zuen nire guruak bere ahots

zirrargarrian. «Bi izaki mota bizi dira» barruan hau astral esferak. Horiek MOE oraindik izan lurreko karma ra bota -ren eta MOE beraz, gorputz fisiko gordina berriro bizi behar dutenak beren zor karmikoak ordaintzeko, heriotza fisikoaren ondoren, mundu astralerako bisitari aldi baterako gisa sailka daitezke, egoiliar iraunkor gisa baino.

"Lurreko karma berreskuratu gabea duten izakiek ez dute baimenik ideia kosmikoen goi-kausazko esferara joatea heriotza astralaren ondoren, baizik eta mundu fisikotik eta astraletik joan-etorrian bakarrik ibili behar dute, hamasei elementu gordin dituen gorputz fisikoaz eta hemeretzi elementu sotileko gorputz astralaz bata bestearen atzetik kontziente direlarik. Hala ere, gorputz fisikoa galdu ondoren, garatu gabeko..."

Lurretik datorrena gehienbat heriotza-loaren estupor sakonean geratzen da eta ia ez da kontziente esfera astral ederraz. Atsedean astralaren ondoren, gizon hori plano materialera itzultzen da ikasgai gehiago jasotzeko, pixkanaka ohituz, bidaia errepikatuen bidez, ehundura astral sotileko munduak.

"Astral unibertsoa ohiko edo aspaldiko biztanleak, berriz, irrika material guztietatik betiko askatuta daudenak dira, eta ez dute gehiago lurraren bibrazio gordinetara itzuli beharrik." Izaki horiek karma astrala eta kausala baino ez dute landu behar. Heriotza astralean izaki hauek... infinituki finagoa eta delikatuagoa den mundu kausala. Lege kosmikoak zehaztutako denbora-tarte jakin baten amaieran gorputz kausalaren pentsamendu-forma kenduz, izaki aurreratu hauek Hiranyalokara edo antzeko planeta astral altu batera itzultzen dira, gorputz astral berri batean berriro jaiota beren karma astral berreskuratu gabea lantzeko.

«Seme, orain hobeto uler dezakezu jainkoen dekretuz berpiztu naizela», jarraitu zuen Sri Yukteswarrek, «lurretik gora datozen izaki astralen salbatzaile gisa, bereziki kausalitate-esferatik itzultzen diren arimen salbatzaile gisa. Lurretik datozenek, karma materialaren azkenak mantentzen badituzte ere, ez dira Hiranyaloka bezala planeta astral oso altuetara igotzen».

"Lurreko jende gehienak meditazioaren bidez ikasi ez duen bezala -ikuspegia eskuratu du- estimatzen" goi mailako pozak eta abantailak -ren astral bizitza eta horrela, ondoren heriotza, nahia ra itzuli ra Lurreko plazer mugatu eta inperfektuetan, hainbeste izaki astral, beren gorputz astralen desintegrazio normalean, ez dute lortzen mundu kausaleko poz espiritualaren egoera aurreratua irudikatzea eta, zoriontasun astral zakarrago eta deigarriagoaren pentsamenduetan murgilduta, paradisu astrala berriro bisitatzea irrikatzen dute. Izaki horiek karma astral astuna berreskuratu behar dute ondoren lortu aurretik. heriotza astrala pentsamendu-mundu kausalean egonaldi iraunkorra, Sortzailearengandik hain meheki banatuta.

"Izaki batek begietarako atsegina den astral kosmosean esperientzia gehiago izateko desiorik ez duenean, eta hara itzultzeko tentaziorik ez duenean bakarrik geratzen da mundu kausalean. Karma kausal edo iraganeko desioen hazi guztiak berreskuratzeko lana bertan osatuz, arima itxiak ezjakintasunaren hiru kortxoetatik azkena kanporatzen du eta, gorputz kausalaren azken ontzitik irteten denean, Betierekoarekin nahasten da."

"Orain egin zu ulertzen?" Maisua irribarre egin zuen beraz liluragarri!

"Bai, zehar zure grazia. Ni naiz hitzik gabe -rekin poza eta esker ona».

Inoiz ez nuen abesti edo istorioetatik hain ezagutza inspiratzailea jaso. Hindu idazkiek mundu kausalei eta astralari eta gizakiaren hiru gorputzei egiten diete erreferentzia, baina zein urruneko eta esanahirik gabeko orrialde horiek nire Maisu

berpiztuaren benetakotasun beroarekin alderatuta! Berarentzat ez zegoen
"bidaiaririk itzultzen ez den herrialde ezezagun" bakar bat ere!

"Gizakiaren hiru gorputzen arteko elkarreragina modu askotan adierazten da bere
hirukoiztasunean" nire bikaina guru joan zen piztuta. "Barruan hau esna estatu
piztuta lurra bat gizaki izatea da kontziente bere hiru ibilgailuetatik gutxi
gorabehera. Dastatu, usaindu, ukitu, entzun eta sentsualki arretaz jartzen denean,

edo ikusten duenean, batez ere bere gorputz fisikoaren bidez ari da lanean. Bistaratzeari edo nahi duenean, batez ere bere gorputz astralaren bidez ari da lanean. Bere bitarteko kausala gizakia pentsatzen edo introspektzioan edo meditazioan sakon murgiltzen denean aurkitzen da; jendioaren pentsamendu kosmikoak bere gorputz kausalarekin ohituraz harremanetan jartzen den gizonarengana iristen dira. Zentzu honetan, norbanako bat "gizaki material", "gizaki energetiko" edo "gizaki intelektual" gisa sailka daiteke, oro har.

"Gizakiak egunero hamasei ordu inguru identifikatzen ditu bere burua bere ibilgailu fisikoarekin. Gero lo egiten du; amets egiten badu, bere gorputz astralean geratzen da, ahaleginik gabe edozein objektu sortuz, izaki astralek egiten duten bezala. Gizakiaren loa sakona eta ametsik gabekoa bada, ordu batzuetan bere kontzientzia, edo Niaren zentzua, gorputz kausalera transferitzeko gai da; lo hori berpizgarria da. Ameslaria bere gorputz astralarekin harremanetan jartzen ari da, eta ez bere gorputz kausalarekin; bere loa ez da guztiz freskagarria."

Ni izan izan maitasunez behatzen Sri Yukteswar bitartean bera eman bere zoragarri erakusketa.

«Aingeru-gurua», esan nion, «zure gorputza Puri ashraman azken aldiz negar egin nuenean bezala dago ».

«Bai, nire gorputz berria zaharraren kopia perfektua da. Forma hau nahi dudanean materializatzen edo desmaterializatzen dut, Lurrean baino askoz maizago. Desmaterializazio azkarrari esker, orain berehala bidaiatzen dut argi-espres bidez planeta batetik bestera edo, hain zuzen ere, astraletik kausalera edo kosmos fisikora». Nire guru jainkotiarrek irribarre egin zuen. «Nahiz eta egunotan hain azkar mugitzen zaren, ez dut zailtasunik izan Bombay-n aurkitzeko!»

"Oi" Maisu, Ni zen dolua beraz sakonki buruz zure heriotza!"

«Ai, non hil naiz? Ez al dago kontraesanik?» Sri Yukteswarren begiak maitasunez eta dibertsioz distiratzten ari ziren.

«Lurrean ametsetan bakarrik zeunden; lur horretan ikusi zenuen nire amets-gorputza», jarraitu zuen. «Geroago amets-irudi hori lurperatu zenuen. Orain nire haragizko gorputz finagoa -begiratzeko duzuna eta orain ere estu besarkatzen ari zarena!- Jainkoaren beste amets-planeta finago batean berpiztu da. Noizbait hori amets-gorputz finagoa eta amets-planeta finagoa desagertuko dira; hauek ere ez dira betiko. Amets-burbuila guztiak azkenean lehertu behar dira esnatzean azken ukitu batekin. Bereizi, Yogananda semea, ametsen eta Errealitatearen artean!

Vedantic **43-12**-ren ideia hau Piztuerak harridura eragin zidan. Lotsatu egin nintzen Maisuaz errukitu izanaz Purin bere gorputz bizigabea ikusi nuenean. Azkenean ulertu nuen nire gurua beti egon zela guztiz esna Jainkoarengan, bere bizitza eta

lurreko heriotza, eta bere oraingo piztuera, jainkozko ideien erlatibitate hutsak amets kosmikoan hautematen zituela.

"Orain esan dizkizut, Yogananda, nire bizitzaren, heriotzaren eta berpizkundearen egiak. Ez zaitez niregatik atsekabetu; baizik eta zabaldu nonahi nire berpizkundearen istorioa, gizakien Jainkoak amestutako lurretik, arima astralki jantzien beste Jainko amestutako planeta batera! Itxaropen berria txertatuko da miseriaz erotutako eta heriotzaz beldur diren munduaren ameslarien bihotzetan."

"Bai, Maisu!" Nola borondatez egingo nuke Ni partekatu -rekin beste batzuk nire poza -n bere berpizkundera!

«Lurrean nire estandarrak deserosoki altuak ziren, gizaki gehienek izaerarako desegokiak. Askotan behar baino gehiago errieta egin nizun. Nire proba gainditu zenuen; zure maitasuna errieta guztien hodeien artean distira egin zuen».

Samurtasunez gaineratu zuen: «Gaur ere etorri naiz esatera: Ez dut gehiago inoiz zentsura begirada zorrotzik eramango. Ez zaitut gehiago errieta egingo».

Zenbat faltan bota nituen nire guru handiaren zigorrak! Bakoitza babes-aingeru zaindari bat izan zen.

"Maitea Maisu! Errieta ni bat milioi aldiz-egin errieta egin ni orain!"

«Ez zaitut gehiago errieta egingo». Bere ahots jainkotiarra larria zen, baina barre-
algara batekin. «Zuk eta nik irribarre egingo dugu elkarrekin, gure bi formak Jainkoaren *maya* -ametsean desberdinak agertzen diren bitartean. Azkenean, bat egingo dugu Maite Kosmikoan; gure irribarreak Haren irribarrea izango dira, gure poz-kantu bateratua betikotasun osoan bibratuko duena Jainkoarekin sintonizatutako arimetara igorriko dena!»

Sri Yukteswarrek hemen azaldu ezin ditudan zenbait gairi buruzko argia eman zidan. Bombayko hoteleko gelan nirekin eman zituen bi orduetan nire galdera guztiei erantzun zien. 1936ko ekainaren egun hartan berak esandako hainbat mundu-profezia bete dira jada.

«Orain uzten zaitut, maitea!» Hitz hauek entzutean, Maisua urtzen sentitu nuen nire beso inguratzaileen artean.

nirbikalpa samadhiren atetik sartu eta niri deitzen didazun bakoitzean, haragi eta odolez etorriko naiz zuregana, gaur bezala».

Zeruko promesa honekin, Sri Yukteswar desagertu egin zen nire bistatik. Hodei-ahots batek errepikatu zuen trumoi musikalean: "Esan iezaiozu guztiari! Zure lurra Jainkoaren ametsa dela *nirbikalpa*z jabetzen den edonork, Hiranyaloka planeta amets-sortura etor daiteke, eta han aurkituko nau berpiztuta nire lurreko gorputzaren berdina batean. Yogananda, esan iezaiozu guztiari!"

Joan zen banantzearen atsekabea. Bere heriotzarekiko errukia eta atsekabea, nire bakearen lapurra denbora luzez, orain lotsaz ihes egin zuen. Zoriontasuna iturri baten antzera isuri zen arimaren poro amaigabe eta berriki irekietatik. Antzina erabilerarik gabe itxita, orain purutasunean zabaltzen ziren estasiaren uholde bultzatzailearekin.

Nire iraganeko enkarnazioen subkontzientetikiko pentsamendu eta sentimenduek beren orban karmikoak kendu zituzten, Sri Yukteswarren jainkozko bisitak distiratsuki

berrituta.

Nire autobiografiaren kapitulu honetan nire guruaren agindua bete dut eta berri ona zabaldu dut, nahiz eta belaunaldi jakin-mingabe bat berriro nahasi. Arrastaka ibiltzea, gizakiak ondo daki; etsipena gutxitan da arrotza; hala ere, hauek perbertsitateak dira, ez dira gizakiaren benetako patuaren parte. Nahi duen egunean, askatasunerako bidean jartzen da. Denbora gehiegi eman dio kasu bere "hauts-zu" aholkularien pesimismo hezeari, arima garaiezinaz arduratu gabe.

Ni zen ez hau bakarrik bat pribilegiatu ra begira hau Berpiztua Gurua.

Sri Yukteswarren chela bat emakume adineko bat zen, *Ma* (Ama) bezala ezagutzen zena, eta Puri ermitaren ondoan zuen etxea. Maisuak askotan gelditu ohi zen harekin hizketan goizeko ibilaldian. 1936ko martxoaren 16ko arratsaldean, *Ma* ashramara iritsi zen eta bere guria ikusteko eskatu zuen.

«Tira, Maisua duela astebete hil zen!» Swami Sebanandak, orain Puri ermitaren arduradunak, triste begiratu zion.

«Ezinezkoa da hori!», irribarre txiki bat egin zuen. «Agian guria bisitari tematietatik babesten saiatzen ari zara, besterik ez?»

«Ez», Sebanandak ehorzketaren xehetasunak kontatu zituen. «Zatoz», esan zuen, «Sri Yukteswarjiren hilobiraino eramango zaitut aurreko lorategira».

Amak burua astindu zuen. «Ez dago berarentzat hilobirik! Gaur goizean, hamarretan, bere ohiko ibilaldian nire ate aurretik pasa da! Hainbat minutuz hitz egin dut berarekin kanpoan argizatuta.»

"Etorri hau arratsaldea ra hau ashrama,' bera esan zuen.

"Hemen nago! Bedeinkazioak isur bedi buru gris zahar honen gainean! Hilezin den guruak nahi zuen ulertzea zein gorputz transzendentetan bisitatu nauen gaur goizean!"

The harrituta Sebananda belaunikatu aurretik bera.

"Ama," bera esan zuen, "zer bat pisua -ren atsekabea zu igogailu -tik nire bihotza! Bera da piztu da!"

.....
43-1 : Barruan *sabikalpa samadhi* hau deboto du espiritualki aurrera egin du ra bat estatu -ren barrurantz jainkotiar sindikatua, baina ezin bere mantendu kosmiko kontzientzia izan ezik barruan hau geldirik transe-egoera. Egilea: jarraitua meditazioa, bera iristen da hau goi mailako estatu *nirbikalpa samadhi*- rena , non munduan libreki mugitzen den eta bere kanpoko betebeharrak betetzen dituen Jainkoaren errealizazioa galdu gabe.

43-2 : Sri Yukteswar erabilia hau hitz *prana* ; Ni izan itzulia hura bezala bizitzatronak. The Hindua idatzi santuak erreferentzia egin ez bakarrik ra hau *anu* , "atomoa", eta ra hau *paramanu* , "haratago hau atomoa," finagoa elektronikoa energiak; baina baita ere ra *prana* , "sortzailea bizitzatronika indarra." Atomoak eta elektroaiak diraitsu indarrak; *prana* da berez adimentsu. The pranikoa bizitza-tronak barruan hau espermatozoide eta obuluak, adibidez, enbrioiaren garapena diseinu karmiko baten arabera gidatu.

43-3 *Mantraren* adjektiboa , kontzentrazio mentalaren pistolak askatzen dituen hazi-soinu kantatuak. *Puranak* (antzinako *shastrak*) edo tratatuak) deskribatu hauek *mantrikoa* gerrak artean *deba* eta *asurak* (jainkoak eta deabruak). Bat *asura* behin saiatu *deba* bat kantu indartsu batekin hiltzeko . Baina ahoskera okerragatik, buruko bonbak boomerang baten moduan jokatuta zuen eta deabrua hil zuen.

43-4 : Adibideak -ren halako botereak dira ez nahi berdina piztuta lurra, bezala barruan hau kasu -ren Helena Keller eta beste arraroa izakiak.

43-5 : Jauna Buda zen behin galdetu zergatik bat gizona beharko luke maitasuna guztiak pertsonak berdina. "Zeren eta," hau bikaina irakasle erantzun zuen, "-n oso ugari eta askotarikoa bizi-iraupenak -ren bakoitza gizona, bakoitza beste izatea du -n bat denbora edo beste bat izan maitea ra bera."

43-6 : The zortzi elemental ezaugarriak zein sartu sartu guztiak sortua bizitza, -tik atomo ra gizona, dira lurra, ura, sua, airea, eterra, mugimendua, adimena eta indibidualtasuna. (*Bhagavad Gita* : VII:4.)

43-7 : Gorputza adierazten du edozein arimaren estalkia, ea gordina edo sotila. The hiru gorputzak dira kaiolak -rako hau Txori -ren Paradisua.

43-8 : Berdin bezala Babaji lagundu Lahiri Mahasaya ra libratu bera -ren bat subkontziente nahia -tik batzuk iragana bitza -rako bat jauregia, 34. kapituluan deskribatzen den bezala .

43-9 «Eta esan zien: Gorpua dagoen lekuan, hara bilduko dira arranoak ere». - *Lukas* 17:37. Nonnahi hau arima da estalitako barruan hau fisikoa gorputza edo barruan hau astral gorputza edo barruan hau kausala gorputza, han hau arranoak -ren desirak -gizakien zentzumen-ahuleziez edo atxikimendu astral eta kausalez elikatzen direnak- ere bilduko dira arima preso mantentzeko.

43-10 : "Garaitzen duena nire Jainkoaren tenpluan zutabe bihurtuko dut, eta ez da gehiago kanpora aterako (hau da, berriro haragituko da ez gehiago) . bera hori gairatzen du borondatea Ni diru-laguntza ra eseri -rekin ni barruan nire tronua, berdin bezala Ni baita ere gairatu, eta

.naiz multzo behera -rekin nire Aita barruan bere tronua." - *Apokalipsia* 3:12, 21

43-11 Sri Yukteswarrek adierazten ari zen, bere lurreko enkarnazioan noizean behin gaixotasunaren zama hartu zuela bere gain ra argitu bere dizipuluen karma, beraz barruan hau astral mundua bere misio bezala bat salbatzaile gaituta bera ra hartu piztuta ziur Hiranyalokan bizi direnen karma astrala, eta horrela haien eboluzioa bizkortzen dute goi-mailako mundu kausalerantz.

43-12 : Bizitza eta heriotza bezala erlatibitateak -ren pentsatu bakarrik. *Vedanta* puntuak kanpoan hori Jainkoa da hau bakarrik Errealitatea; guztiak sorkuntza edo bereizita existentzia da *maia* edo ilusio. Hau filosofia -ren monismo jaso bere altuena adierazpen barruan hau Shankararen *Upanishad iruzkinak*.

KAPITULUA: 44

-rekin Mahatma Gandhi -n Wardha

"Ongi etorri Wardha-ra!" Mahadev Desai-k, Mahatma Gandhi-ren idazkariak, Bletch andereñoa, Wright jauna eta ni neu agurtu gintuen hitz adeitsu hauekin eta *khaddarreko* (etxean egindako kotoizko) koroak oparitut. Gure talde txikia Wardha geltokian jaitsi berri zen abuztuko goiz batean, treneko hautsa eta beroa uzteaz pozik. Gure ekipajea idien gurdi batera utzi ondoren, auto ireki batean sartu ginen Desai jaunarekin eta bere lagunekin, Babasaheb Deshmukh eta Pingale doktorearekin. Landa-bide lokaztuetatik egindako bidaia labur batek *Maganvadi- raman gintuen* , Indiako santu politikoaren ashram-era.

Desai jaunak berehala eraman gintuen idazketa gelara, non Mahatma Gandhi eserita zegoen, hankak gurutzatuta. Eskuan boligrafoa eta bestean paper zati bat, aurpegian irribarre zabal, irabazle eta bero bat!

"Ongi etorri!" bera idatzita barruan Hindi; hura zen bat Astelehena, bere astero egun -ren isiltasuna.

Gure lehen topaketa izan arren, maitasunez irribarre egin genion elkarri. 1925ean, Mahatma Gandhik Ranchi eskola bisita batekin omendu zuen, eta omenaldi atsegin bat idatzi zuen gonbidatuen liburuan.

45 kiloko santu txikiak osasun fisiko, mental eta espirituala irradiatzen zuen. Bere begi marroi leunek adimen, zintzotasun eta bereizketaz distiratzten zuten; estadista honek milaka borroka legal, sozial eta politikotan garaile atera da. Munduko beste inongo buruzagik ez du lortu bere herriaren bihotzean Gandhik Indiarentzat duen toki segurua. milioika ikasle ezjakin. Haien omenaldi espontaneoak bere izenburu ospetsua da: *Mahatma*, "arima handia". 44-1 Haientzat bakarrik, Gandhik bere janzkera zabalki marrazki bizidunetako gerrikora mugatzen du, gehiago ordaindu ezin duten zapaldutako masekin duen batasunaren sinboloa.



Mahatma Gandhi

Indiako santu politikoarekin bazkari lasai batez gozatzen ari naiz Wardha-ko bere ermitan, 1935eko abuztuan.

"Ashrameko bizilagunak zure esanetara daude erabat; edozein zerbitzutarako deitu iezaiezu." Mahatmak, bere ohiko kortesiaz, presaka idatzitako ohar hau eman zidan Desai jaunak gure taldea idazketa-gelatik gonbidatuen etxera eramaten zuen bitartean.

Gure gidariak sagasti eta lore-zelaietatik eraman gintuen teilazko teiladun eraikin batera, leiho saretadunekin. Aurreko patioko putzu bat, hogeita bost oineko zabalera zuena, Desai jaunak esan zuenez, abereak ureztatzeko erabiltzen zen; gertu, arroza jotzeko zementuzko gurgil birakari bat zegoen. Gure logela txiki bakoitzak gutxienekoa baino ez zuen: sokaz eskuz egindako ohe bat. Sukalde zuritua... Txoko batean txorrota bat eta bestean sukaldatzeko su-hobi bat zituen. Arkadiako soinu sinpleak iristen ziren gure belarrietara: bele eta txolarreen oihiak, behien marruak

eta harriak txikitzeko erabiltzen ziren zizelen kolpeak.

Behatzen Jauna Wright-en bidaia egunkaria, Jauna Desai ireki bat orrialde eta idatzi
zuen piztuta hura bat zerrenda -ren *Satyagraha*

"Indarkeriarik eza; Egia; Lapurretarik eza; Zelibatoa; Jabetzarik eza; Gorputz-lana; Ahosabaiaren kontrola; Ausardiarik eza; Erljio guztiekiko errespetu berdina; *Swadeshi* (etxeko manufakturak erabiltzea); Ukiezintasunetik askatasuna. Hamaika hauek apaltasun espirituan boto gisa bete behar dira."

(Gandhi bera sinatua hau orrialde piztuta hau jarraituz egun, eman ez hau data abuztuaren 27, 1935.)

Iritsi eta bi ordura, lagunak eta ni bazkaltzera deitu gintuzten. Mahatma jada ashramako atariaren arkupearen azpian eserita zegoen, bere estudioaren beste aldean. Hogeita bost *satyagrahi oinutsik* zeuden letoizko edalontzi eta plateren aurrean okupatuta. Otoitz-koru komunitarioa; ondoren, otordua letoizko lapiko handietan zerbitzatu zen, *ghee -z hautseztatutako chapatiak* (gari osoko legamiarik gabeko ogia) ; *talsari* (egosi eta zatitutako barazkiak) eta limoi-marmelada zituztenak.

Mahatmak *chapatiak* , erremolatxa egosiak, barazki gordin batzuk eta laranjak jaten zituen. Bere plateraren alboan *neem* hosto mingots multzo handi bat zegoen, odola garbitzeko modukoa. Koilara batekin zati bat bereizi eta nire platerean jarri zuen. Urarekin busti nuen, haurtzaroko egunak gogoratuz, amak dosi desatsegina irenstera behartu ninduen. Gandhi, ordea, pixkanaka *neem* pasta gozoki goxo bat balitz bezala jaten ari zen.

Gertakari txiki honetan, Mahatmak bere gogoaz zentzumenetatik nahi duenean bereizteko zuen gaitasunaz ohartu nintzen. Duela urte batzuk egindako apendizektomia ospetsua gogoratu nuen. Anestesiari uko eginez, santuak alai hitz egin zuen bere dizipuluekin ebakuntza osoan zehar, bere irribarre kutsakorrek minaren kontzientziarik ez zuela erakusten zuelarik.

Arratsaldean aukera izan genuen Gandhiren dizipulu ospetsuarekin, ingeles almirante baten alabarekin, Madeleine Slade andereñoarekin, gaur egun Mirabai ezizena duena, berriketan aritzeko. 44-3 Aurpegi sendo eta lasaia ilusioz piztu zitzaion eguneroko jardueren berri eman zidanean, hindiera perfektuan.

«Landa-berreraikuntza lana aberasgarria da! Gutako talde bat goizero bostetan joaten gara inguruko herritarrei zerbitzatzen eta higiene oinarritzko gauzak irakastera. Beren komunak eta lastozko txabolak garbitzeaz arduratzen gara. Herritarrak analfabetoak dira; ezin dira hezi adibiderik gabe!», barre egin zuen alai.

Miresmenez begiratu nion jaiotza handiko ingeles emakume honi, zeinaren benetako kristau apaltasunak "ukiezinek" bakarrik egiten duten hondakin-lana egiteko aukera ematen dion.

«1925ean etorri nintzen Indiara», esan zidan. «Lurralde honetan 'etxera itzuli' naizela sentitzen dut. Orain ez nuke inoiz nire bizitza zaharrera eta interes zaharretara itzuli nahi izango».

Amerikaz hitz egin genuen pixka bat. «Beti pozten eta harritzen nau», esan zuen, «Indiara bisitan datozen amerikar askok gai espiritualekiko duten interes sakona ikusteak». **44-4**

Mirabairen eskuak laster aritu ziren lanean *charkan* (hari-gurpila), ashrameko gela guztietan nonahi zegoena eta, hain zuzen ere, Mahatmari esker, nonahi zegoena Indiako landa-eremu osoan.

Gandhik arrazoi ekonomiko eta kultural sendoak ditu etxolen berpizkundera sustatzeko. industriek, baina ez du aurrerapen moderno guztia fanatikoki ukatzea aholkatzen. Makineriak, trenak, automobilek, telegrafoak zeregin garrantzitsua izan dute bere bizitza erraldoian! Berrogeita hamar urteko zerbitzu publikoak, espetxean eta kanpoan, egunero xehetasun praktikoekin eta mundu politikoko errealitate gogorrekin borrokan, bere oreka, adimen irekia, osasun mentala eta ikuskizun gizatiar xarmagarriarekiko estimu umoretsua areagotu baino ez dute egin.

Gure hirukoteak seietako afaria izan zuen Babasaheb Deshmukh-en gonbidatu gisa. 19:00etako otoitza Ordu betea *Maganvadi ashraman* aurkitu gintuen berriro, hogeita hamar *satyagrahi* bilduta zeuden teilatura igotzen barruan bat erdizirkulu inguruan Gandhi. Bera zen okupatuta piztuta bat lastoa esterilla, bat antzinako poltsikoko erlojua aurrean zuela. Eguzkiak azken distira botatzen zuen palmondo eta banianoen gainean; gauaren eta kilkeraren burrunba hasi zen. Giroa lasaitasuna zen; liluratuta nengoen.

Desai jaunak gidatutako kantu solemne bat, taldearen erantzunekin; ondoren, *Gita* irakurketa bat. Mahatmak keinu egin zidan azken otoitza emateko. Pentsamendu eta aspirazioen batasun jainkotiarra! Betiko oroitzapena: Wardha teilatuko meditazioa goizeko izarren azpian.

Zortzietan puntuan, Gandhik bere isiltasuna amaitu zuen. Bere bizitzako lan herculesek bere denbora zehatz-mehatz banatzea eskatzen diote.

«Ongi etorri, Swamiji!» Mahatmaren agurra oraingoan ez zen paper bidezkoa izan. Teilatutik jaitsi berri ginen bere idazgelara, alfonbra karratuekin (aulkirik gabe), liburuak zituen mahai baxu batekin hornituta zegoena, paperak, eta bat gutxi arrunta boligrafoak (ez iturria boligrafoak); bat deskriptugabe erloju markatuta barruan txoko bat. Bake eta deboziozko aura nonahi hedatzen zen. Gandhik bere irribarre liluragarri, leizezulo eta ia hortzik gabekoetako bat eskaintzen ari zen.

«Duela urte batzuk», azaldu zuen, «asteroko isiltasun eguna ospatzen hasi nintzen, nire korrespondentzia zaintzeko denbora irabazteko. Baina orain hogeita lau ordu horiek ezinbesteko behar espiritual bihurtu dira. Aldizkako isiltasun dekretua ez da tortura bat, bedeinkapen bat baizik».

Bihotzez ados nengoen. **44-5** Mahatmak Amerikari eta Europari buruz galdetu zidan; Indiari eta munduko egoerari buruz eztabaidatu genuen.

«Mahadev», esan zuen Gandhik Desai jauna gelara sartu zenean, «mesedez, antolatu Swamijik bihar gauean yogari buruz hitz egin dezan udaletxean».

Mahatmari gabon esaten ari nintzela, zitronela olio botila bat eman zidan

adeitasunez. "Wardha eltxoek ez dakite ezer *ahimsari buruz* , **44-6** Swamiji!», esan zuen barrez.

Hurrengo goizean, gure talde txikiak melaza eta esnearekin egindako gari-irin goxo bat gosaldutako goiz. Hamar eta erdietan ashramako atarira deitu gintuzten Gandhi eta satyagrahierekin bazkaltzera . Gaurko menuan arroz integrala, barazki aukeraketa berri bat eta kardamomo haziak zeuden.

Eguerdiak ashrameko lurretan paseatzen aurkitu ninduen, behi lasai gutxi batzuen larreetaraino. Behien babesak Gandhiren pasioa da.

«Behiak niretzat gizakiaren azpiko mundu osoa esan nahi du, gizakiaren sinpatiak bere espezieetik haratago hedatuz», azaldu du Mahatmak. «Behiaren bidez, gizakiari bere identitatea gauzatzeko agindua ematen zaio». bizi den guztiarekin. Zergatik aukeratu zuten antzinako rishiek behia apoteosirako agerikoa da niretzat. Indiako behia zen konparaziorik onena; ugaritasunaren emailea zen. Esnea ez ezik, nekazaritza ere posible egin zuen. Behia errukiaren poema bat da; errukia irakurtzen da animalia leun honetan. Milioika gizateriaren bigarren ama da. Behiaren babesak Jainkoaren sorkuntza mutu osoaren babesak esan nahi du. Sorkuntzaren ordena baxuagoaren deialdia are indartsuagoa da hitzik gabekoa delako.

Hiru erritual egunero agintzen zaizkie hindu ortodoxoei. Bat *Bhuta Yajna da*, janaria eskaintzea... animalia erreinua. Hau zeremonia sinbolizatzen du gizonaren gauzatzea -ren bere betebeharrak ra sorkuntza forma gutxiago eboluzionatuak, instintiboki gorputz-identifikazioei lotuta, gizakiak ere higitzen dituztenak bizitza, baina gizateriari dagokion arrazoi askatzailearen ezaugarri hori falta zaio. *Bhuta Yajna* horrela indartzen du gizakiaren ahulei laguntzeko prestutasuna, aldi berean izaki ikusezin gorenaren arreta amaigabeek kontsolatzen duten bitartean. Gizakia naturaren opari gartzetzaileen menpe ere badago, lurrean, itsasoan eta zeruan xahutzen dena. Naturaren, animalien, gizakiaren eta aingeru astralen arteko komunikazio ezintasunaren eboluzio-hesia isiltasun-maitasunaren ofizioek gaingitzen dute horrela.

Beste bi eguneroko *yajnak Pitri* eta *Nri* dira. Pitri Yajna arbasoei egindako opariak eskaintzen dira. gizakiak iraganarekiko duen zorraren aitopenen ikur gisa, zeinaren jakinduriaren funtsa gaur egungo gizateria argitzen duen. *Nri Yajna* ezezagunei edo pobreei janaria eskaintzea da, gizakiaren egungo erantzukizunen ikurra, garaikideekiko dituen betebeharrak.

Arratsaldeko lehen orduetan, *Nri Yajna auzokide bat bete nuen* Gandhiren neskatoentzako ashramara bisitatuz. Wright jaunak lagundu zidan hamar minutuko bidaian. Lore itxurako aurpegi gazte txikiak zurtoin luzeko *sari koloretsuen gainean* ! Hindi hizkuntzako hitzaldi labur baten amaieran, **44-7** Kanpoan ematen ari nintzenean, zeruak bat-bateko zaparrada bat askatu zuen. Barrezka, Wright jauna eta biok autoan sartu eta *Maganvadira itzuli ginen* zilarrezko geruzen artean. Zein intentsitate eta zipriztina tropikalak!

Gonbidatu-etxera berriro sartzean, berriro harritu ninduen nonahi dauden sinpletasun hutsak eta auto-sakrifizioaren zantzuak. Gandhik ez-jabetzarako botoa egin zuen ezkontza-bizitzaren hasieran. Urtean 20.000 dolar baino gehiagoko diru-sarrerak ematen zizkion lege-jarduera zabal bati uko eginez, Mahatmak bere

aberastasun guztia banatu zuen pobreen artean.

Sri Yukteswar erabilia ra ziztatu leun dibertsioa -n hau ohikoa desegokia kontzepzioak -ren uko egitea.

«Eskaleak ezin dio aberastasunari uko egin», esango luke Maisuak. «Gizon batek kexatzen bada: 'Nire negozioa...' huts egin du; nire emazteak utzi nau; dena uko egingo dut eta monasterio batera sartuko naiz', zein munduko sakrifizioz ari da? Ez zituen aberastasunak eta maitasunak uko egin; haiek uko egin zioten!

Gandhi bezalako santuek, berriz, ez dituzte sakrifizio material ukigarriak bakarrik egin, baita motibo berekoi eta helburu pribatuei uko egitea ere, beren barne-barnekoak batuz...

hau erreka -ren gizateria bezala bat osoa.

Mahatmaren emazte bikainak, Kasturabaik, ez zuen aurka egin Gandhik bere aberastasunaren zatirik gorde ez zuenean berarentzat eta haien seme-alabentzat. Gaztetan ezkondu ziren Gandhik eta bere emazteak zelibatoaren botoa egin zuten hainbat seme jaio ondoren. **44-8** Heroina lasaia bizitasun handiko uneetan elkarrekin duten bizitza izan den drama, Kasturabaik bere senarra kartzelara jarraitu du, hiru asteko bere bizitza partekatu du baraualdiak, eta guztiz jaioa bera partekatu -ren bere amaigabea erantzukizunak. Bera du ordainduta Gandhiri honako omenaldia:

Eskerrik asko zure bizitza osoko lagun eta laguntzailea izatearen pribilegioa izan izanagatik. Eskerrik asko munduko ezkontzarik perfektuenagatik, *brahmacharyan* (autokontrolan) oinarritua eta ez sexuan. Eskerrik asko Indiako zure bizitzako lanean zure parekotzat hartu izanagatik. Eskerrik asko jokoan, lasterketetan, emakumeetan, ardoan eta abestietan denbora ematen duten senar horietako bat ez izateagatik, emazteez eta seme-alabez nekatuz, mutiko txikiak bere haurtzaroko jostailuez azkar nekatzen den bezala. Zein eskertuta nagoen ez zinelako besteen lanaren esplotazioan aberasteko denbora eskaintzen duten senar horietako bat.

Zein eskertuta nagoen Jainkoa eta aberria eroskerien aurretik jarri izanagatik, zure konbikzioen ausardia eta Jainkoarenganako fede osoa eta inplizitua izan izanagatik. Zein eskertuta nagoen Jainkoa eta bere aberria nire aurretik jarri zituen senar batengatik. Eskertuta nago nirekin eta gaztaroan izandako nire gabeziekin izandako tolerantziagatik, gure bizimoduan hainbestetik hain gutxira egin zenuen aldaketaren aurka kexatu eta matxinatu nintzenean.

Haur txikia nintzela, zure gurasoen etxean bizi izan nintzen; zure ama emakume bikaina eta ona zen; berak hezi ninduen, emazte ausart eta adoretsua izaten irakatsi zidan, eta bere semearen, nire etorkizuneko senarraren, maitasuna eta errespetua mantentzen. Urteak aurrera joan ahala eta Indiako buruzagirik maiteena bihurtu zinen heinean,... bat ere ez -ren hau beldurrak hori erasotu hau emaztea MOE maiatza izan aktore alde batera utzita noiz bera senarra du arrakastaren eskailera igo nuen, beste herrialde batzuetan hainbestetan gertatzen den bezala. Banekien heriotzak oraindik ere senarra eta emaztea aurkituko gintuztela.

Urteetan zehar, Kasturabaik Mahatma idolatratuek milioika biltzeko gai diren funts publikoen diruzainaren eginkizunak bete zituen. Indiako etxeetan istorio umoretsu asko daude... Senarrak urduri jartzen dira emazteek Gandhiren bilera batera bitxiak eramateagatik; Mahatmaren mihi magikoak, zapalduen alde erregutuz, aberatsen beso eta lepoetatik urrezko eskumuturrekoak eta diamantezko lepokoak xarmaz eramaten ditu bildumara!

Egun batean, Kasturabai diruzainak ezin izan zuen lau errupiako gastu baten kontu eman. Gandhik auditoria bat argitaratu zuen, eta bertan, bere emaztearen lau errupiako aldea adierazi zuen, etengabe.

Askotan kontatu izan dut istorio hau nire ikasle amerikarren klaseen aurrean.
Arratsalde batean, pasilloan zegoen emakume batek haserre-arnasa hartu zuen.

«Mahatma izan edo ez Mahatma!», oihu egin zuen, «nire senarra balitz, begi beltza emango nioke hain irain publiko eta alferrikako batengatik!»

Amerikako emazteen eta hindu emazteen gaiak txantxa umoretsu batzuk izan ondoren, azalpen osoago bati ekin nion.

Gandhi andreak Mahatma ez du bere senartzat hartzen, baizik eta bere gurutzat, eskubidea duen norbait bezala. «Kasturabai publikoki errieta egin eta denbora bat geroago, Gandhi espetxe zigorra jaso zuen kargu politiko batengatik. Emazteari lasai agur esaten ari zela, emakumea bere oinetara erori zen. 'Maisu', esan zion apalki, 'inoiz iraindu bazaitut, barkatu mesedez'». **44-9**

Wardha-n arratsaldeko hiruretan, alde aurretik hitzordua hartuta, santuaren idazgelara joan nintzen, bere emaztea dizipulu sendo bihurtzeko gai izan zena - mirari arraroa! Gandhik irribarre ahaztezin batekin begiratu zidan.

«Mahatmaji», esan nion, haren ondoan kuxin gabeko alfonbra gainean eseri nintzenean, «esadazu, mesedez, zein den *ahimsaren definizioa* ».

"The saihestea -ren kalte ra edozein bizitzen izaki barruan pentsatu edo eskritura."

"Ideal ederra! Baina munduak beti galdetuko du: Ezin al da kobra bat hil haur bat edo norbera babesteko ?"

«Ezin nuke kobra bat hil nire bi boto hautsi gabe: ausardia eta ez hiltzea. Nahiago nuke barrutik sugea baretzen saiatu maitasun bibrazioen bidez. Ezin ditut nire estandarrak jaitsi nire egoerara egokitzeke». Bere zintzotasun harrigarriarekin, Gandhik gaineratu zuen: «Aitortu behar dut ezin nukeela elkarriketa hau jarraitu kobra baten aurrean egongo banintz!».

Ni esan zuen piztuta hainbat oso azken Mendebaldekoa liburuak piztuta dieta zein etzan piztuta bere mahaia.

«Bai, dieta garrantzitsua da *Satyagraha* mugimenduan, beste leku guztietan bezala», esan zuen barre artean. « *Satyagrahientzat kontinentzia osoa defendatzen dudanez* , beti saiatzen naiz zelibatearentzat dieta onena aurkitzen. Ahosabaia menderatu behar da ugaltzeko sena kontrolatu aurretik. Erdi-gosez hiltzea edo dieta desorekatuak ez dira irtenbidea. Janariarekiko barne -*gosea gainditu ondoren, satyagrahi batek* dieta begetariano arrazionala jarraitzen jarraitu behar du beharrezko bitamina, mineral, kaloria eta abar guztiekin. Jateari dagokionez barne eta kanpoko jakinduriari esker, SATYAGRAHIAREN sexu-fluidoa erraz bihurtzen da gorputz osoarentzako energia bizia».

Mahatmak eta biok haragi-ordezko onen inguruko gure ezagutzak alderatu genituen. "Aguakatea bikaina da", esan nuen. "Kaliforniako nire zentroaren ondoan aguakate-soro ugari daude".

Gandhiren aurpegia interesak piztu zuen. "Wardhan haziko ote liratekeen galdetzen diot neure buruari. *Satyagrahiek* janari berri bat eskertuko lukete."

"Ziur aski aguakate landare batzuk bidaliko ditut Los Angelesetik Wardhara." **44-10**
Nik gaineratu nuen: «Arrautzak proteina askoko elikagaia dira; debekatuta al daude *satyagrahientzat* ?»

«Ez arrautza ernaldtu gabeak». Mahatmak barre egin zuen oroitzapenez. «Urteetan ez nuen haien erabilera onartuko; oraindik ere ez ditut jaten. Nire errainetako bat desnutrizioz hiltzen ari zen behin; bere medikuak arrautzak nahi zituen. Nik ez nuen onartu, eta aholkatu nion emateko». arrautza-ordezkoa.

"'Gandhiji', hau mediku esan zuen, ernaldtu gabea arrautzak eduki ez bizitza esperma; ez hiltzea da inplikaturak.

"Orduan, pozik eman nion baimena nire errainari arrautzak jateko; laster sendatu zen ."

Aurreko gauean Gandhik Lahiri Mahasayaren *Kriya Yoga jasotzeko nahia adierazi zuen* . Mahatmaren irekitasunak eta ikerketa-espirituak hunkitu ninduen. Haurren antzekoa da bere jainkoen bilaketan, Jesusek haurrengan goraiatu zuen hartzailetasun hutsa agerian utziz: "...horrelakoena da zeruko erreinua".

Agindutako instrukzioa jasotzeko ordua iritsi zen; hainbat *satyagrahi* sartu ziren gelara: Desai jauna, Pingale doktorea eta *Kriya* teknika nahi zuten beste batzuk.

Lehenik eta behin, klase txikiari *Yogoda* ariketa fisikoak irakatsi nizkion. Gorputza hogeitaz zatitan banatuta ikusten da; borondateak energia txandaka bideratzen du atal bakoitzara. Laster denak bibratzen ari ziren nire aurrean, giza motor baten antzera. Erraza zen Gandhiren hogeitaz gorputz-ataletan uhin-efektua ikustea, uneoro bistara guztiz agerian! Oso argala izan arren, ez da desatsegina; bere gorputzeko azala leuna eta zimurrik gabekoa da.

Geroago Ni hasitako hau talde sartu hau askatzaile teknika -ren *Kriya Yoga* .

Mahatmak errespetuz aztertu ditu munduko erlijio guztiak. Jain idatziak, Bibliako Itun Berria eta Tolstoiren idazki soziologikoak **44-11** dira Gandhiren indarkeriarik gabeko usteen hiru iturri nagusiak. Honela adierazi du bere kredoak:

Biblia, *Korana* eta *Zend-Avesta* **44-12 sinesten ditut.** *Veden* bezain jainkoen inspirazioa izatea . Guruen erakundean sinesten dut, baina garai honetan milioika pertsonak Gururik gabe egon behar dute, arraroa baita gauza ra aurkitu bat konbinazio -ren perfektua garbitasuna eta perfektua ikaskuntza. Baina bat behar ez norberaren erlijioaren egia jakiteko etsipena, hinduismoaren oinarriak, edozeinenak bezala, erlijio handia aldaezinak dira, eta erraz ulertzen dira.

Ni sinetsi bezala bakoitza Hinduak barruan Jainkoa eta Bere batasuna, barruan berpizkundea eta salbazioa. Ni ahal ez gehiago Hinduismoarekiko dudak sentimendua nire emaztearekiko baino gehiago deskribatu. Munduko beste inongo emakumek ezin duen bezala hunkitzen nau. Ez du akatsik ez duelako; ausartuko nintzateke esatera nik neuk ikusten ditudanak baino askoz gehiago dituela. Baina lotura hautsiez baten sentimendua hor dago. Hala ere,

hinduismoarekiko eta hinduismoarekiko sentitzen dut bere akats eta muga guztiekin. Ezerk ez nau hainbeste pozten Gitaren musikak *edo* Tulsidasen *Ramayanak baino* . Azken hatsa ematen ari nintzela iruditzen zitzaidanean, *Gita* zen nire kontsolamendua.

Hinduismoa ez da erlijio eksklusibo bat. Bertan munduko profeta guztien gurtza dago.

44-13 Ez da misiolari erlijioa terminoaren ohiko zentzuan. Ez du zalantzarik

dharmaren arabera gurtzeko esaten dio , **44-14** eta horrela bakean bizi da erlijio guztiekin.

Gandhik Kristori buruz idatzi zuen: «Ziur nago hemen, gizakien artean biziko balitz, haren izena inoiz entzun ere egin ez duten askoren bizitzak bedeinkatuko lituzkeela... idatzita dagoen bezala: «Ez da niri «Jauna, Jauna» esaten didan oro... baizik eta nire Aitaren nahia egiten duenak». **44-15** Bere bizitzako ikasgaian, Jesusek gizateriari helburu bikaina eta guztiok lortu behar dugun helburu bakarra eman zion. Uste dut ez dela kristautasunarena bakarrik, mundu osoarena baizik, lurralde eta arraza guztiena.

Wardhan eman nuen azken arratsaldean, Desai jaunak udaletxean deitutako bileran hitz egin nuen. Aretoa leihoetaraino beteta zegoen, 400 pertsona inguru bilduta yogari buruzko hitzaldia entzuteko. Lehenik hindieraz hitz egin nuen, gero ingelesez. Gure talde txikia ashramara itzuli zen Gandhiri gau on bat emateko garaiz, bakean eta korrespondentzian murgilduta.

Gaua oraindik luzatzen ari zen goizeko 5:00etan jaiki nintzenean. Herriko bizitza martxan zegoen jada; lehenik idiei tiratutako gurdi bat ashrameko ateetan, gero nekazari bat bere zama erraldoia buru gainean arriskutsu orekan zuela. Gosalduta ondoren, gure hirukoteak Gandhi bilatu zuen agur- *pronamak egiteko* . Santua lauretan jaikitzen da goizeko otoitz egiteko.

"Mahatmaji, agur!" Ni belaunikatu ra ukitu bere oinak. "India da seguru barruan zure mantentzea!"

Urteak igaro dira Wardha idilietatik; lurra, ozeanoak eta zeruak ilundu egin dira gerran dagoen mundu batekin. Lider handien artean bakarra izanik, Gandhik alternatiba praktikoa eta ez-biolentzia eskaini dio indar armatuari. Kexak konpontzeko eta bidegabekeriak kentzeko, Mahatmak erabili du... behin eta berriz frogatu duten eraginkortasuna duten bitarteko ez-biolentziaz. Bere doktrina hitz hauetan adierazten du:

Bizitza suntsipenaren erdian ere irauten duela aurkitu dut. Beraz, suntsipenaren legea baino lege handiago bat egon behar da. Lege horren arabera bakarrik izango litzateke ulergarria gizarte ondo antolatua eta bizitza bizitzeko modukoa.

Bizitzaren legea hori bada, eguneroko existentzian gauzatu behar dugu. Gerrak dauden lekuetan, aurkari bati aurre egiten diogun lekuetan, maitasunaren bidez garaitu. Maitasunaren lege ziurra aurkitu dut suntsipenaren legeak inoiz egin ez duen bezala erantzun du nire bizitzan.

Indian lege honen funtzionamenduaren erakustaldi begi-bistakoa izan dugu, ahalik eta eskala zabalenean. Ez dut esaten indarkeriarik ezak Indiako 360.000.000 pertsonengan eraginik izan duenik, baina bai diot beste edozein doktrina baino

sakonago sartu dela denbora izugarri laburrean.

Nahiko entrenamendu gogorra behar da indarkeriarik gabeko egoera mental batera iristeko. Diziplinaz betetako bizitza da, soldadu baten bizitza bezalakoa. Egoera perfektua adimena, gorputza eta hizkera behar bezala koordinatuta daudenean bakarrik lortzen da. Arazo oro konponduko litzateke egiaren eta indarkeriarik gabeko legea bizitzaren lege bihurtzea erabakiko bagenu.

Zientzialari batek naturaren legeen hainbat aplikaziotatik mirariak egingo dituen bezala, maitasunaren legeak zehaztasun zientifikoak aplikatzen dituen gizon batek mirari handiagoak egin ditzake. Indarkeriarik eza da Naturaren indarrak baino askoz zoragarriagoa eta sotilagoa, elektrizitatea adibidez. Maitasunaren legea edozein zientzia moderno baino zientzia askoz handiagoa da.

Historia kontsultatuz, arrazoiz esan daiteke gizateriaren arazoak ez direla indar gordinaren erabilerarekin konpondu. Lehen Mundu Gerrak gerra karmaren elur-bola izugarri bat sortu zuen, Bigarren Mundu Gerrara iritsi zena. Anaitasunaren berotasunak bakarrik urtu dezake egungo gerra karmaren elur-bola erraldoia, bestela Hirugarren Mundu Gerrara iritsi daitekeena. Hirutasun sakratu honek betiko uxatu egingo du Laugarren Mundu Gerraren aukera bonba atomikoen bidez. Gatazkak konpontzeko, oihaneko logika erabiltzeak, giza arrazoiaren ordeztu, lurra oihan bihurtuko du. Anai-arrebak bizitzan ez badaude, heriotza bortitzean anaiak izango dira.

Gerrak eta krimenak ez dute inoiz ordaintzen. Ezer ez-tandatsuaren kean desagertu ziren milaka milioi dolarrek nahikoa izango ziren mundu berri bat sortzeko, ia gaixotasunik gabekoa eta guztiz pobreziarik gabekoa. Ez beldurraren, kaosaren, gosetearen, izurritearen, dantza *makabroaren lurra*, baizik eta bakearen, oparotasunaren eta ezagutza zabalaren lurralde zabala bat.

Gandhiren ahots ez-biolentoak gizakiaren kontzientzia gorenari deitzen dio. Nazioek ez dezatela gehiago heriotzarekin aliatu, bizitzarekin baizik; ez suntsipenarekin, eraikuntzarekin baizik; ez Suntsitzailearekin, Sortzailearekin baizik.

«Barkatu egin behar da, edozein kalteren ondoren», dio Mahabharatak. «Esan izan da espezieen jarraipena gizakiaren barkamena dela. Barkamena santutasuna da; barkamenaren bidez mantentzen da unibertsoa. Barkamena boteretsuen indarra da; barkamena sakrifizioa da; barkamena gogoaren lasaitasuna da. Barkamena eta leuntasuna dira bere burua kontrolatzen dutenen ezaugarriak». Haiek ordezkatu betiereko bertutea".

Indarkeriarik eza barkamenaren eta maitasunaren legearen ondorio naturala da. "Gudu zuzen batean bizitza galtzea beharrezkoa bada", aldarrikatzen du Gandhik, "norberak, Jesusek bezala, bere odola isurtzeko prest egon behar du, ez besteen odola. Azkenean, odol gutxiago isuriko da munduan".

Noizbait idatziko dira epopeiak gorrotoari maitasunez eta indarkeriari indarkeriarik ezarekin aurre egin zioten Indiako *satyagrahiei buruz*, mendekua hartu beharrean errukirik gabe hiltzen utzi zutenei buruz. Emaizta piztuta ziur historikoa okasioak zen hori hau armatuta aurkariak bota behera haien armak eta ihes egin zuen, lotsatu, astindua eta haien sakonera egilea hau ikusmena -ren gizonak MOE

baloratua hau bizitza -ren beste bat beren gainetik.

«Behar izanez gero, denbora luzez itxarongo nuke», dio Gandhik, «nire herrialdearen askatasuna bide odoltsuetatik bilatu baino». Mahatmak ez du inoiz ahaztu abisu dotorea: «Ezpata hartzen duten guztiak ezpatarekin hilko dira». **44-16** Gandhik idatzi zuen:

Nazionalista naizela esaten dut neure buruari, baina nire nazionalismoa unibertsoa bezain zabala da. Bere zabaleran dena hartzen du barne. hau nazioak -ren hau lurra. **44-17** Nire nazionalismoa barne hartzen ditu hau ongizatea -ren hau osoa mundua. Ni egin

Ez dut nahi nire India beste nazioen errautsen gainean altxatzea. Ez dut nahi Indiak gizaki bakar bat ere esplotatzea. India indartsua izatea nahi dut, beste nazioei ere bere indarra kutsatu ahal izateko. Ez da horrela gaur egungo Europako nazio bakar batekin; ez diete besteei indarririk ematen.

Wilson presidenteak bere hamalau puntu ederrak aipatu zituen, baina esan zuen: "Azken finean, bakea lortzeko gure ahalegin honek huts egiten badu, gure armak ditugu oinarri". Jarrera hori alderantzikatu nahi dut, eta diot: "Gure armak dagoeneko huts egin dute. Bila dezagun orain zerbait berria; proba dezagun maitasunaren eta Jainkoaren indarra, hau da, egia". Hori lortutakoan, ez dugu beste ezer behar izango.

Mahatmak milaka *satyagrahi benetako trebatu zituen* (kapitulu honen lehen zatian aipatutako hamaika boto zorrotzak hartu dituztenak), eta hauek, aldi berean, mezua zabaltu zuten; Indiako masa pazientziaz heziz alderdi espirituala eta, azkenean, materiala ulertzeko... indarkeriarik ezaren onurak; bere herria indarkeriarik gabeko armekin hornituz - bidegabekeriarekin lankidetzan ez aritzea, iraingarriak, espetxea, heriotza bera armetara jo beharrean jasateko prestutasuna; *satyagrahien arteko martirio heroikoaren adibide ugarien bidez munduaren sinpatia lortuz*, Gandhik modu dramatikoan irudikatu du indarkeriarik ezaren izaera praktikoa, gerrarik gabe gatazkak konpontzeko duen botere solemnea.

Gandhik dagoeneko lortu ditu bere lurraldearentzat indarkeriarik gabeko bideen bidez, edozein herrialdetako buruzagik inoiz lortu ez dituen kontzesio politiko gehiago, balen bidez izan ezik. Gaiztakeria eta bidegabekeria guztiak desagerrarazteko metodo indarkeriarik gabekoak modu harrigarrian aplikatu dira, ez bakarrik... esparru politikoan, baina Indiako gizarte erreformaren arlo delikatu eta konplexuan. Gandhik eta bere jarraitzaileek hinduen eta musulmanen arteko liskar zahar asko kendu dituzte; ehunka mila musulmanek Mahatma ikusten dute beren buruzagi gisa. Ukiezinak aurkitu dute berari beren txapeldun ausart eta garaile. "Berpizkunde bat baldin badago niretzat", idatzi zuen Gandhik, "ni nahi ra izan jaioa bat paria barruan hau erdian -ren paria, zeren eta horrela Ni egingo nuke izan gai ra zerbitzu eraginkorragoa eman diezaiegun».

Mahatma, hain zuzen ere, "arima handia" da, baina milioika analfabeto izan ziren titulua emateko bereizmena izan zutenak. Profeta leun hau bere lurraldean ohoratua da. Nekazari xumeak Gandhiren erronka handiari aurre egin ahal izan dio. Mahatmak bihotz-bihotzez sinesten du gizakiaren berezko noblezian.

Saihestezin diren porrotek ez dute inoiz desengainatu. "Aurkariak jokatu arren..." «Hogeia aldiz faltsua bada», idazten du, «*satyagrahia prest* dago hogeia batgarren aldiz fidatzeko, giza naturan inplizituki konfiantza izatea baita kredoaren funtsa bera». **44-18**

«Mahatmaji, gizon apartekoa zara. Ez duzu espero behar munduak zuk bezala jokatzeari. Kritikari batek behin ohar hau egin zuen.

«Bitxia da nola engainatzen dugun geure burua, gorputza hobetu daitekeela pentsatuz, baina arimaren botere ezkutuak ezinezkoa dela gogora ekartzea», erantzun zuen Gandhik. «Saia naiz erakusten botere horietako bat badut, gutako edozein bezain hilkorra naizela eta ez dudala inoiz ezer apartekorik izan, ezta orain ere. Beste edozein hilkor bezala akatsak egiteko joera duen pertsona xume bat naiz. Aitortzen dut, hala ere, nahikoa apaltasun dudala nire akatsak aitortzeko eta nire urratsak berriro egiteko. Aitortzen dut Jainkoarengan eta bere ontasunean fede sendoa dudala, eta...»

egiarekiko eta maitasunarekiko grina kontsumitu ezina. Baina ez al da hori pertsona orok bere baitan ezkutuan duena? Aurrera egin nahi badugu, ez dugu historia errepikatu behar, historia berria egin behar dugu. Gure arbasoek utzitako ondarea gehitu behar dugu. Mundu fenomenikoan aurkikuntza eta asmakizun berriak egin ahal baditugu, gure porrota deklaratu behar dugu arlo espiritualean? Ezinezkoa al da salbuespenak biderkatzea arau bihurtzeko? Gizakia beti izan behar al du lehenik basapiztia eta gero gizakia, baldin badago? **44-19**

Amerikarrek harrotasunez gogoratuko dute William Penn-ek XVII. mendeko Pennsylvaniako kolonia sortzean egindako indarkeriarik gabeko esperimentu arrakastatsua. Ez zegoen "gotorlekurik, ez soldadurik, ez miliziarik, ezta armarik ere". Mugako gerra basatien eta kolono berrien eta indiar gorrien artean gertatu ziren sarraskien artean, Pennsylvaniako quakeroak bakarrik geratu ziren erasorik gabe. "Beste batzuk hil zituzten; beste batzuk sarraskitu zituzten; baina seguru zeuden. Ez zen quakero emakume bakar bat ere erasotu; ez..." «Kuakero haur bat ere hil zuten, ez zuten kuakero gizon bat ere torturatu». Azkenean, kuakeroak estatuaren gobernu uztera behartu zituztenean, «gerra piztu zen, eta Pennsylvaniako batzuk hil zituzten. Baina hiru kuakero bakarrik hil zituzten, hirurak beren fedetik hain urrun geratu zirenez defentsarako armak eramateko ».

«I. Gerra Handian indarra erabiltzeak ez zuen lasaitasuna ekarri», adierazi du Franklin D. Rooseveltek. «Garaipena eta porrota antzuak izan ziren. Munduak ikasgai hori ikasi beharko zuen».

«Zenbat eta indarkeria arma gehiago, orduan eta miseria gehiago gizateriarentzat», irakatsi zuen Lao-tzuk. «Indarkeriaren garaipena dolu jaialdi batekin amaitzen da».

«Munduko bakearen alde borrokatzen ari naiz», adierazi du Gandhik. «Indiako mugimendua indarkeriarik gabeko *Satyagraha* oinarrian arrakastara eramaten bada, esanahi berria emango dio abertzaletasunari eta, apaltasunez esan badezaket, bizitzari berari».

Mendebaldeak Gandhiren programa ametslari ez-praktiko baten programa dela esan aurretik, hausnartu dezagun lehenik Galileako Maisuak *Satyagraharen definizio batean*:

«Entzun duzue esan izan dela: Begia begiaren truke eta hortza hortzaren truke; baina nik esaten dizuet: Ez egin aurre gaiztakeriari: **44-20** baina eskuineko masailan jotzen zaituenari, eskaini bestea ere».

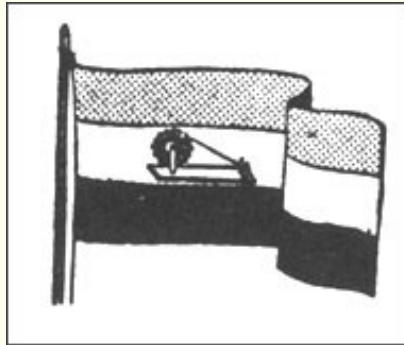
Gandhiren garaia, denbora kosmikoaren zehaztasun ederrarekin, bi Mundu Gerrek dagoeneko desolatu eta suntsitutako mende batera luzatu da. Jainkozko eskuizkribu bat agertzen da bere bizitzaren granitozko horman: anaien artean odol gehiago isurtzearen aurkako abisua.

इस संस्था की मैं सर्वप्रकार से उन्नति चाहता हूँ इस संस्था
का मेरे मन पर अच्छा प्रभाव है. चार वेकी प्रवृत्ति में मैं आहूँ।
गान और अभ्यास की आशा रखता हूँ।
आ.पू. २० मोहनदासजी

Mahatma Gandhik nire institutua bisitatu zuen Ranchin yoga prestakuntza emanaz. Adeitasunez idatzi zituen goiko lerroak Ranchiko gonbidatuen liburuan. Itzulpena hau da: "Erakunde honek sakonki txunditu nau. Itxaropen handia dut eskola honek errota-gurpilaren erabilera praktikoa gehiago bultzatuko duela".

MOHANDAS GANDHI (*Sinatua*)

Iraila 17, 1925ean



Gandhik Indiako bandera nazionala diseinatu zuen 1921ean. Marrazketa azafrai kolorekoak, zuriak eta berdeak dira; erdian dagoen *chakra* (*biratzen ari den gurpila*) *urdin iluna da*. " *Charkak* energia sinbolizatzen du", idatzi zuen, "eta gogorarazten du gu hori zehar hau iragana garaia -ren oparotasuna barruan Indiako historia, eskua biraka eta beste etxeko eskulan batzuk nabarmenak ziren".

44-1 : Bere familia izena da Mohandas Karamchand Gandhi. Bera inoiz ez erreferentzia egiten dio ra bera bezala "Mahatma."

44-2 : The literalki itzulpena -tik Sanskritoa da eusten ra egia». *Satyagraha* da hau ospetsu indarkeriarik eza mugimendua buru Gandhik egina .

44-3 : Gezurra eta ai ene! gaizto txostenak ziren duela gutxi zirkulatu hori Andereñoa Slade du moztuta guztiak bera gorbatak -rekin Gandhi eta bere botoak alde batera utzi zituen. Slade andereñoak, hogeitaz Mahatmaren *Satyagraha* dizipuluak, *adierazpen sinatu bat eman zion Estatu Batuei Prentsa* , datatua Abendua 29, 1945ean, barruan zein bera azaldu hori bat seriea -ren oinarri gabeko zurrumurruak sortu ondoren bera izan Gandhiren bedekapenarekin, Indiako ipar-ekialdeko toki txiki batera abiatu zen, Himalaiatik gertu, han bere gaur egun loratzen ari den hiria sortzeko asmoz. *Kisan Ashrama* (erdian -rako medikoa eta nekazaritza laguntza ra nekazari nekazariak). Mahatma Gandhi planak ra ashrama berria bisitatu zuen 1946an.

44-4 : Andereñoa Slade gogoraz ni -ren beste bat bereizgarri Mendebaldekoa emakumea, Andereñoa Margaret Woodrow Wilson, zaharrena ren alaba Amerikako bikaina presidente. Ni ezagutu bera barruan Berria York; bera zen intentsitatez interesatuta barruan India. Geroago bera joan zen ra Pondicherry, bere bizitzako azken bost urteak eman zituen bertan, diziplina bide bati zorionez jarraituz Sri Aurobindo Ghoshen oinetan.

.Hau salbia inoiz ez hitz egiten du; bera isil-isilik agurtzen du bere dizipuluak piztuta hiru urteko okasioak bakarrik

44-5 : -rako urteak barruan Amerika Ni izan izan behatzen aldiak -ren isiltasuna, ra hau izua -ren deitzaileak eta idazkariak.

44-6 : Kaltegabatasuna; indarkeriarik eza; hau fundazio harkaitz -ren Gandhiren kredo. Bera zen jaioa sartu bat familia -ren zorrotza Jainistak, *ahimsa erro-bertute gisa* gurtzen dutenak . Jainismoa, hinduismoaren sekta bat, K.a. VI. mendean sortu zuen Mahavirak,

garaikidea -ren Buda. Mahavira esan nahi du "bikaina heroï"; maiatza bera begiratu behera hau mendeak piztuta bere
!heroiko semea Gandhi

44-7 : Hindia da hau hizkuntza franko -rako hau osoa -ren India. Bat Indo- Ariarra hizkuntza oinarrituta neurri handi batean piztuta Sanskritoa sustraiak, Hindia Indiako iparraldeko hizkera nagusia da. Mendebaldeko hindiaren dialekto nagusia hindustaniera da, *devanagari* (sanskrito) karaktereetan eta arabiera karaktereetan idatzia. Bere azpidialektoa, urduera, musulmanek hitz egiten dute.

44-8 : Gandhi du deskribatu bere bizitza -rekin bat suntsitzaile zintzotasun barruan *The Istorioa -ren Nire Esperimentuak -rekin Egia* (Ahmedabad: Navajivan Prentsa, 1927- 29, 2 bol.) Hau autobiografia du izan laburbildu barruan *Mahatma Gandhi, Bere Jabea Istorioa* , CF Andrewsek editatua, John Haynes Holmesen sarrerarekin (New York: Macmillan Co., 1930).

Asko autobiografiak beteta -rekin ospetsu izenak eta koloretsu ekitaldiak dira ia guztiz isila piztuta edozein fasea -ren barne-analisia edo garapena. Bat etzanda behera bakoitza -ren hauek liburuak -rekin bat ziur atsekabea, bezala nahiz eta esanez: "Hemen da "Pertsona ospetsu asko ezagutu zituen gizona, baina bere burua inoiz ezagutu ez zuena". Erreakzio hori ezinezkoa da Gandhiren autobiografiarekin; bere akatsak eta azpijokoak agerian uzten ditu egiarekiko .debozio inperstonal batekin, edozein garaitako analetan arraroa dena

44-9 Kasturabai Gandhi Poonan hil zen espetxean, 1944ko otsailaren 22an. Gandhi, normalean emoziorik gabekoa, isilean negar egin zuen. Laster ondoren bera miresleak izan iradoki bat Oroigarria Funtse barruan bera ohorea, 125 lakak -ren errupiak (ia lau milioi dolar) isuri barruan -tik guztiak gainetik India. Gandhi du antolatuta hori hau funtse izan erabilia -rako herrixka ongizate lan artean emakumeak eta haurrak. Bere jardueren berri ematen du bere ingelesezko astekarian, *Harijan-en* .

44-10 : Ni bidalia bat bidalketa ra Wardha, laster ondoren nire itzuli ra Amerika. The landareak, ai ene! hil zen piztuta hau bidea, ezin ozeanoko garraio luzearen gogortasunari aurre egiteko.

44-11 : Thoreau, Ruskin, eta Mazzini dira hiru beste Mendebaldekoa idazleak noren soziologiko ikuspegiak Gandhi du arretaz aztertua .

44-12 : The sakratua idatzi santua emanda ra Persia buruz 1000 K.a. egilea Zoroastro.

44-13 : The bakarria ezaugarri -ren Hinduismoa artean hau mundua erlijioak da hori hura eratortzen da ez -tik bat bakarria bikaina sortzaile baina -tik hau inperstonala Vedikoa eskriturak. Hinduismoa horrela ematen du esparrua -rako gurtzaile sartzeari sartu bere tolestu -ren profetak guztien artean adinak eta guztiak lurak. The Vedikoa idatzi santuak arautu ez bakarrik deboziozko praktikak baina guztiak garrantzitsua sozial ohiturak, barruan gizakiaren ekintza guztiak jainkozko legearekin harmonian jartzeko ahalegina.

44-14 Legearen sanskritozko hitz zabala; legearekiko egokitasuna edo zuzentasun naturala; egoerak berezko duen betebeharrak barruan zein bat gizona aurkitzen ditu bera -n edozein emanda denbora. The idatzi santuak definitu *dharm*a bezala "a naturala gizakia degradaziotik eta sufrimendutik salbatzeko aukera ematen duten lege unibertsalak".

44-15 : *Mateo* 7:21.

44-16 : *Mateo* 26:52.

44-17 : "Utzi ez bat gizona aintza barruan hau, hori bera maitasuna bere herrialdea; Utzi bera baizik aintza barruan hau, hori bera maitasuna bere jatorra." - *Persiar esaera zaharra*.

44-18 : «Orduan, Pedrok hurbildu zitzaion eta esan zion: «Jauna, zenbat aldiz barkatuko diot bekatu bat nire anaiak nire aurka eginda? Zazpi aldiz arte? Jesus dio arte bera, Ni esan ez arte zu, Arte zazpi aldiz: baina, Arte hirurogeita hamar aldiz zazpi." - *Mateo* 18:21-22 .

44-19 Charles P. Steinmetz ingeniari elektriko handiari Roger W. Babson jaunak galdetu zion behin: "Zein ikerketa-ildok izango du garapen handiena hurrengo berrogeita hamar urteetan?" "Uste dut aurkikuntza handiena egingo dela..." "espirituala lerroak," Steinmetz erantzun zuen. "Hemen da bat indarra zein historia argi eta garbi irakasten du du izan hau handiena boterea barruan gizonen garapena. Hala ere, jolasean aritu gara eta ez dugu inoiz serio aztertu, garapen fisikoa egin dugun bezala indarrak. Noizbait jendea borondatea ikasi hori materiala gauzak egin ez ekarri zoriontasuna eta dira -ren txiki erabili barruan egiten gizon-emakume sortzaile eta botereak. Orduan, munduko zientzialariek beren

laborategiak Jainkoaren, otoitzaren eta oraindik ia urratu ez diren indar espiritualen azterketara bideratuko dituzte. Egun hori iristen denean, munduak belaunaldi bakarrean azken lauetan baino aurrerapen gehiago ikusiko ditu".

44-20 : Hori da, eutsi ez gaiztoa -rekin gaiztoa. (*Mateo* 5:38-39)

KAPITULUA: 45

The Bengalera "Poztasunez betea" Ama

"Jauna, mesedez, ez alde egin India Nirmala Devi ikusi gabe. Bere santutasuna bizia da; Ananda Moyi Ma (Poztasunez Betetako Ama) bezala ezagutzen da urrun eta zabal". Nire ilobak, Amiyo Bosek, arretaz begiratu zidan.

«Noski! Emakume santu hori ikusteko irrikitan nago». Gaineratu nuen: «Jainkoaren ezagutza aurreratuaren berri izan dut. Duela urte batzuk artikulu txiki bat agertu zen berari buruz *East-West aldizkarian* ».

«Ezagutu dut», jarraitu zuen Amiyok. «Duela gutxi bisitatu zuen nire Jamshedpur herri txikia. Dizipulu baten eskariz, Ananda Moyi Ma hiltzen ari zen gizon baten etxera joan zen. Ohe ondoan jarri zen; bere eskuak kopetan ukitu zionean, heriotzaren astinaldia gelditu zitzaion. Gaixotasuna berehala desagertu zen; gizonaren harridurarako, ondo zegoen».

Egun batzuk geroago, Ama Zoriontsua Kalkutako Bhowanipur auzoko dizipulu baten etxean zegoela entzun nuen. Wright jauna eta biok berehala abiatu ginen nire aitaren Kalkutako etxetik. Ford-a Bhowanipur etxera hurbildu ahala, nire lagunak eta biok kaleko eszena ezohiko bat ikusi genuen.

Ananda Moyi Ma auto deskapotagarri batean zegoen, ehun bat dizipuluko talde bat bedeinkatzen. Abiatzeko zorian zegoen, noski. Wright jaunak Ford-a urrunago aparkatu zuen, eta oinez lagundu zidan isiltasun handiko jendetzarantz. Emakume santuak gure norabidean begiratu zuen; autotik jaitsi eta guregana abiatu zen.

«Aita, etorri zara!». Hitz sutsu hauekin besoa lepoan jarri zidan eta burua sorbaldan. Wright jauna, zeinari santua ezagutzen ez nuela esan nion,... izugarri gozatzen ari ziren ongietorri erakustaldi aparteko honetaz. Ehun chelen begiak ere harridura pixka batekin finkatuta zeuden mahai maitekorrean.

Berehala ikusi nuen santua *samadhi egoera altuan zegoela* . Emakume gisa zuen kanpoko jantzia guztiz oharkabea, bere burua arima aldaezin gisa ezagutzen zuen; plano horretatik Jainkoaren beste deboto bati pozik agurtzen ari zen. Eskutik helduta bere autoan sartu ninduen.

"Ananda Moyi Ama, Ni naiz atzeratzen zure bidaia!" Ni protestatu zuen.

«Aita, bizitza honetan lehen aldiz topatzen zaitut, denbora askoren ondoren!», esan zuen. «Mesedez, ez joan oraindik».

Elkarrekin eseri ginen autoaren atzeko eserlekuetan. Ama Zoriontsua laster sartu zen egoera extatiko geldituta. Bere begi ederrak zerurantz begiratu eta, erdi irekita, geldirik geratu ziren, urruneko barneko Eliseora begira. Dizipuluek astiro kantatu zuten: "Garaipena Ama Jainkotiarri!"

Indian Jainkoaren errealizazioa zuten gizon asko aurkitu nituen, baina inoiz ez nuen hain emakume santu goren bat ezagutu. Bere aurpegi leuna Ama Zoriontsuaren izena eman zion poz esanezin batez distiraturik zegoen. Ite beltz luzeak solte zeramatzala buru estali gabearen atzean. Kopetan zuen sandalo-pasta puntu gorri batek bere baitan beti irekita zegoen begi espiritualak sinbolizatzen zuen. Aurpegi txikia, esku txikiak, oin txikiak - bere magnitude espiritualaren kontrastea!

Ni jarri batzuk galderak eta bat gertu emakumea chela bitartean Ananda Moyi Ama geratu liluratuta.

«Ama Zoriontsuak asko bidaiatzen du Indian; leku askotan ehunka dizipulu ditu», esan zidan chelak. «Bere ahalegin ausartek gizarte-erreforma desiragarri asko ekarri dituzte.

Brahman bat izan arren, santuak ez du kasta bereizketarik onartzen. **45-1** Gutako talde batek beti bidaiatzen du berarekin, bere erosotasunaz arduratuz. Ama izan behar dugu; ez dio bere gorputzari erreparatzen. Inork ez balio janaririk ematen, ez luke jaten, ez luke galderarik egiten. Janariak aurrean jartzen dizkiotenean ere, ez ditu ukitzen. Mundu honetatik desagertzea saihesteko, dizipuluok gure eskuekin elikatzen dugu. Egunak ematen ditu askotan jainkoen transean, ia arnasa hartu gabe, begiak keinuka gabe. Bere dizipulu nagusietako bat bere senarra da. Duela urte asko, ezkondu eta gutxira, isiltasun botoa egin zuen.

Chelak sorbalda zabaleko, aurpegi finetako gizon bat seinalatu zuen, ite luzea eta bizar iletsua zuena. Isilik zegoen jendetzaren erdian, eskuak dizipulu baten errespetuzko jarrerarekin gurutzatuta.

Infinituan murgilduta freskatuta, Ananda Moyi Ma orain bere kontzientzia mundu materialean zentratzen ari zen.

«Aita, mesedez, esadazu non bizi zaren». Ahotsa garbi eta

melodiosoa zuen. «Oraingoz, Kalkutan edo Ranchin; baina laster

Amerikara itzuliko naiz». «Amerika?»

"Bai. Indiako emakume santu bat benetan eskertuko lukete hain espiritual bila dabilzanek. Joan nahi al zenuke?"

"Baldin eta Aita ahal hartu ni, Ni borondatea joan."

Hau erantzun eragin bera gertu dizipuluak ra hasi barruan alarma.

«Hogei edo gehiagok beti bidaiatzen dugu Ama Zoriontsuarekin», esan zidan batek irmo. «Ezin genuke bera gabe bizi. Nora doan bera, gu joan behar dugu».

Nahiz eta nahi gabe utzi nuen plana, berez handitzeko ezaugarri ezin praktikoa nuelako!

«Mesedez, zatoz gutxienez Ranchira, zure ikasleekin», esan nion santuari agur esatean. «Jainkozko haur bat zarenez, nire eskolako txikiekin gozatuko duzu».

"Noiznahi Aita hartzen du ni, Ni borondatea pozik joan."

Denbora gutxira, Ranchi *Vidyalaya* festa-jantziz jantzi zen santuaren bisita agindua ospatzeko. Gazteek edozein festa-egun espero zuten: eskolarik gabe, ordu askoko musikarekin eta amaierako festa batekin !

«Garaipena! Ananda Moyi Ma, ki jai!» Eztarri txiki sutsu ugarik errepikatutako kantu honek santuaren taldea agurtu zuen eskolako ateetan sartu zenean. Kalentula zaparradak, zinbalen tinbrea, itsaski-maskorren putz sutsuak eta *mridanga* danborraren taupadak! Ama Zoriontsua irribarrez ibili zen *Vidyalaya eguzkitsuaren* lurretan zehar, beti paradisu eramangarria bere baitan zeramala.

«Ederra da hemen», esan zuen Ananda Moyi Mak adeitasunez eraikin nagusira eramán nuenean. Haur irribarre batekin eseri zen nire ondoan. Lagun minen artean hurbilena zela sentiarazten zidan, baina urruntasun aura bat zegoen beti inguruan: Omnipresentziaren isolamendu paradoxikoa.

"Mesedez esan ni zerbait -ren zure bizitza."

«Aitak badaki dena; zergatik errepikatu?» Argi zegoen enkarnazio labur baten historia egiazkoa ez zela kontuan hartzeko modukoa.

Ni barre egin zuen, astiro-astiro errepikatzen nire galdera.

«Aita, gutxi dago kontatzeko». Esku dotoreak zabaldu zituen keinu gaitzesgarri batean. «Nire kontzientziak ez du inoiz lotu gorputz aldi baterako honekin. Lur honetara etorri aurretik, aita, 'berdina nintzen'. Neskatoa nintzela, 'berdina nintzen'. Emakume bihurtu nintzen, baina hala ere 'berdina nintzen'. Jaio nintzen familiak gorputz honekin ezkontzeko antolaketak egin zituenean, 'berdina nintzen'. Eta, pasioz mozkortuta, nire senarra etorri eta hitz maitagarriak marmarkatu zizkidanean, nire gorputza arinki ukituz, kolpe bortitza jaso zuen, tximistak jota bezala, orduan ere 'berdina nintzen'.

"Nire senarra belaunikatu aurretik ni, tolestuta bere eskuak, eta erregutu nire barkamena.

«Ama», esan zuen, «zure gorputzeko tenplua profanatu dudalako lizunkeriaren

pentsamenduarekin ukituz —ez nekielako bertan bizi zela nire emaztea, baizik eta Ama Jainkotiarra—, zin solemne hau egiten dut: zure dizipulua izango naiz, jarraitzaile zelibatua, isiltasunean zainduko zaitut zerbitzari gisa, inoiz ez inori hitz egingo bizi naizen bitartean. Horrela barka dezadala gaur egindako bekatua».

aurka zu, nire gurua.

«Nire senarraren proposamen hau isilean onartu nuenean ere, 'Nik ere berdin egin nuen'. Eta, aita, zure aurrean orain, 'Ni berdina naiz'. Betiko, sorkuntzaren dantza nire inguruan aldatzen den arren betikotasunaren aretoan, 'Ni berdina izango naiz'».

Ananda Moyi Ma meditazio egoera sakon batean murgildu zen. Bere gorputza estatua baten modukoa zen; bere betiko dei egiten zion erreinura ihes egin zuen. Bere begien putzu ilunak bizigabeak eta beirazkoak ziruditen. Adierazpen hau askotan agertzen da santuek beren kontzientzia gorputz fisikotik kentzen dutenean, eta gero... Arimarik gabeko buztin zati bat baino ia ez. Ordubetez elkarrekin eserita egon ginen transe estatikoan. Mundu honetara itzuli zen barre txiki alai batekin.

«Mesedez, Ananda Moyi Ma», esan nion, «zatoz nirekin lorategira. Wright jaunak argazki batzuk aterako ditu».

«Noski, Aita. Zure nahia nire nahia da». Bere begi ederrek jainkozko distira aldaezina mantendu zuten argazki askotan posatzen zuen bitartean.

Jaiaren ordua! Ananda Moyi Ma bere manta-eserlekuan eseri zen, dizipulu bat alboan zuela elikatzeko. Haurtxo bat bezala, santuak obedienteki irentsi zuen janaria chelak ezpainetara eramanez ondoren. Argi zegoen Ama Zoriontsuak ez zuela bereizketarik antzematen curryen eta gozokien artean!

Ilunabarra hurbiltzen ari zela, santua bere taldearekin alde egin zuen arrosa petaloen euri-jasa artean, eskuak altxatuta mutiko txikiei bedeinkapena adierazteko. Aurpegiak distiratsu zeuden ahaleginik gabe piztu zuen maitasunaz.

«Maitatu Jauna, zure Jainkoa, zure bihotz osoz, zure arima osoz, zure gogo osoz eta zure indar osoz» aldarrikatu du Kristok, «hau da lehen agindua». **45-2**

Atxikimendu beheko guztiak alde batera utzita, Ananda Moyi Ma-k bere leialtasun osoa eskaintzen dio Jaunari. Ez jakintsuen bereizketa zorrotzen bidez, fedearen logika ziurraren bidez baizik, santu haurtsu honek gizakiaren bizitzako arazo bakarra konpondu du: Jainkoarekin batasuna ezartzea. Gizakiak ahaztu egin du sinpletasun gordina, orain milioi bat arazok lausotuta dagoena. Jainkoarekiko maitasun monoteista ukatuz, nazioek beren infidelitatea ezkututzen dute karitatearen kanpoko santutegien aurrean errespetu zorrotzarekin. Hauek humanitario keinuak dira bertutetsu, zeren eta -rako bat une haiek desbideratu gizonaren arreta beregandik kentzen dute, baina ez dute askatzen bizitzako bere erantzukizun bakarretik, Jesusek lehen agindu gisa aipatzen duena. Jainkoa maitatzeko betebeharrak pozgarria gizakiak bere Ongile bakarrak dohainik emandako airearen lehen arnasarekin hartzen du bere gain.

Ranchira egindako bisitaren ondoren, beste behin, Ananda Moyi Ma ikusteko aukera

izan nuen. Hilabete batzuk geroago, bere dizipuluen artean zegoen Serampore geltokiko nasan, trenaren zain.

«Aita, Himalaiara noa», esan zidan. «Dizipulu eskuzabalek ermita bat eraiki didate Dehra Dun-en».

Treanean sartu zenean, harrituta geratu nintzen ikustean, jendetza artean, trenean, oturuntza egiten edo isiltasunean eserita, bere begiek ez zutela inoiz Jainkoagandik aldendu. Barruan oraindik entzuten dut haren ahotsa, neurrigabeko gozotasunaren oihartzuna:

"Hara, orain eta beti bat -rekin hau Betiko, Ni naiz inoiz hau berdina."

45-1 Ananda Moyi Ma-ren bizitzako beste datu batzuk aurkitu ditut, *East-West- en inprimatuta* . Santua 1893an jaio zen Dacca-n, erdialdean. Bengala. Analfabetoa, bera du oraindik txundituta hau intelektualak egilea bera jakinduria. Bera bertsoak barruan Sanskritoa izan beteta jakintsuak harriduraz. Bere presentzia hutsarekin kontsolamendua ekarri die doluan dauden pertsoneri eta sendabide miragarriak lortu ditu.

45-2 : *Mark* 12:30.

KAPITULUA: 46

The Emakumea Yogia MOE Inoiz ez Janariak

«Jauna, nora goaz gaur goizean?» Wright jaunak Ford gidatzen zuen; begiak errepidetik kendu zituen niri galdezka begiratzeko. Egunero gutxitan zekien zein Bengalako zati aurkituko zuen hurrengoan.

«Jainkoak nahi badu», erantzun nion debozioz, «munduko zortzigarren mirari bat ikustera goaz: janari urriko emakume santu bat!»

«Mirarien errepikapena... Therese Neumannen ondoren». Baina Wright jaunak irrikaz barre egin zuen hala ere; autoaren abiadura bizkortu ere egin zuen. Bere bidaia-egunkarirako ale aparteko gehiago! Ez turista arrunt batena, hori!

Ranchi eskola atzean utzi berri genuen; eguzkia baino lehen jaiki ginen. Nire idazkariak eta nirekin batera, hiru lagun bengalar geunden taldean. Goizeko ardo naturala, aire bizigarria, edan genuen. Gure gidariak autoa kontuz gidatu zuen goizeko nekazarien eta bi gurpileko gurdien artean, uztarridun idi konkordunek poliki tiratutako gurdien artean, bidea jotzeko prest zeudenak intruso batekin.

"Jauna, gu egingo nuke bezala ra jakin gehiago -ren hau baraurik santua."

"Bere izena da Giri Bala," Ni informatuta nire lagunak. "Nik lehenengo entzun buruz

bera urteak duela -tik bat

Sthiti Lal Nundy jaun jakintsua. Askotan etortzen zen Gurpar Road etxera nire anaia Bishnu tutoretza emateko."

«'Giri Bala ondo ezagutzen dut', esan zidan Sthiti Babuk. 'Yoga teknika jakin bat erabiltzen du, jan gabe bizitzeko aukera ematen diona. Bere bizilagun hurbila nintzen Nawabganjen, Ichapur ondoan. **46-1** Arretaz behatzea erabaki nuen; ez nuen inoiz janaririk edo edaririk hartzen ari zenik frogatu. Nire interesa hainbeste handitu zen azkenean, ezen Burdwan **46-2ko Maharajarengana hurbildu bainintzen.** eta ikerketa bat egiteko eskatu zion. Istorioarekin harrituta, bere jauregira gonbidatu zuen. Emakumeak proba bat onartu eta bi hilabetez bizi izan zen bere etxeko zati txiki batean giltzapetuta. Geroago, hogeit eguneko jauregia bisitatzerantz itzuli zen; eta gero, hamabost eguneko hirugarren proba baterako. Maharajak berak esan zidan hiru azterketa zorrotz hauek zalantzarik gabe konbentzitu zutela bere jate-egoera ez zela.

«Sthiti Baburen istorio hau hogeita bost urte baino gehiago daramat gogoan», amaitu nuen. «Batzuetan, Amerikan galdetu nion neure buruari ea denboraren ibaiak ez ote zuen irentsiko yoginia **46-3**» ezagutu aurretik. Nahiko zaharra izan behar du orain. Ez dakit non bizi den ere, edo ea bizi den. Baina ordu gutxi barru Puruliara iritsiko gara; bere anaiak etxea du han."

Egilea: hamar eta erdiak gure txiki talde zen elkarrizketan -rekin hau anaia, Lambadar Dey, bat abokatu -ren Purulia.

«Bai, nire arreba bizi da. Batzuetan hemen egoten da nirekin, baina oraingoz Biurren dugun familiaren etxean dago». Lambadar Babuk zalantzez begiratu zion Fordari. «Ez dut uste, Swamiji, inoiz autorik sartu denik Biurren barrualdera. Hobe litzateke denok idi-gurdiaren astinaldi zaharrarekin konformatzea!»

Bezala bat ahotsa gure festa hitzeman du leialtasuna ra hau Harrotasuna -ren Detroit.

«Ford-a Ameriketatik dator», esan nion abokatuari. «Lotsagarria litzateke Bengalako bihotza ezagutzeko aukera kentzea!»

"Maiatza Ganesh **46-4**" «Zurekin noa!», esan zuen Lambadar Babuk, barrez. Adeitasunez gaineratu zuen: «Hara iristen bazara, ziur nago Giri Bala pozik egongo dela zu ikusteaz. Hirurogeita hamar urte betetzear dago, baina osasun bikainarekin jarraitzen du».

«Mesedez, esadazu, jauna, guztiz egia den ezer jaten ez duela?» Zuzen-zuzenean begiratu nion begietara, gogoaren leiho adierazgarri horietara.



GIRI BALA

Emakume yogi bikain honek ez du janaririk edo edaririk hartu 1880tik. Harekin batera agertzen naiz argazkian, 1936an, Biur izeneko Bengalako herri isolatuan zuen etxean. Burdwaneko Maharajak zorrotz ikertu du bere jaterik ez izatea. Yoga teknika jakin bat erabiltzen du bere gorputza eter, eguzki eta airetik datorren energia kosmikoarekin kargatzeko.

«Egia da». Begirada zabala eta ohoragarria zuen. «Bost hamarkada baino gehiagotan ez dut inoiz ikusi ahogozo bat jaten. Mundua bat-batean amaituko balitz, ezin nintzateke harrituago geratu nire arreba janaria hartzen ikusteak baino!»

Gu barre egin zuen elkarrekin gainetik hau ezinezkotasun -ren hauek bi kosmiko gertaerak.

«Giri Balak ez du inoiz bakardade eskuraezin bat bilatu bere yoga praktiketarako», jarraitu zuen Lambadar Babuk. «Bizitza osoa bere familiaz eta lagunez inguratuta bizi izan da. Denak ondo ohituta daude orain bere egoera arraro horretara. Inor ez da Giri Balak bat-batean zerbait jatea erabakiko balu txundituta geratuko ez litzatekeena! Arreba, jakina, erretiratzen ari da, alargun hindu bati dagokion bezala, baina Puruliako eta Biurko gure zirkulu txikian denok dakigu emakume 'ezohikoa' dela, literalki».

Anaiaren zintzotasuna agerikoa zen. Gure talde txikiak eskerrak eman zizkion bero-bero eta Biur aldera abiatu ginen. Kaleko curry eta *luchi denda batean gelditu ginen*, eta horrek inguruan bildu ziren triku multzo bat erakarri zuen Wright jaunari hinduen modu xumean hatzekin jaten ikusteko. **46-5** Gose handiak bultzatu gintuen arratsalde baterako prestatzera, une hartan ezezaguna zen arren, nahiko

neketsua izango zenarentzat.

Gure bidea ekialdera zihoan orain, eguzkiak erretako arroz-soroetatik zehar, Bengalako Burdwan sailera. Landaredi trinkoz estalitako errepideetatik; maynen *eta bulbul* marradunen kantuak entzuten ziren adar erraldoi eta aterki itxurako zuhaitzetatik. Noizean behin, idiei tiratutako gurdi bat, *Rini, Rini, manju, manju* txio egin -ren bere ardatz eta burdinazko egurrezko gurpilak kontrastatuz zorrotz

barruan gogoa -rekin hau *txistu*, *txistu* -ren auto pneumatikoak gainetik hau aristokratiko asfaltoa -ren hau hiriak.

«Dick, gelditu!», bat-bateko eskaerak Ford-etik protesta bat eragin zuen. «Mango zuhaitz gainkargatu horrek gonbidapen bat oihuka ari da!»

Bostok haurrak bezala korrika joan ginen mangoz estalitako lurrera; zuhaitzak, onginahiz, fruituak bota zituen heltzen ziren heinean.

«Mango asko jaiotzen dira ikusezin etzanda egoteko», parafraseatu nuen, «eta beren gozotasuna lur harritsuan xahutzeko ».

«Ez da horrelakorik gertatzen Amerikan, Swamiji, ezta?», barre egin zuen Sailesh Mazumdarrek, nire bengaleko ikasleetako batek.

«Ez», onartu nuen, mango zukuz estalita eta pozik. «Zenbat faltan botatzen nuen fruta hau Mendebaldean! Hindu batentzat mangorik gabeko zerua pentsaezina da!»

Ni hautatu gora bat harkaitz eta lurrera erori bat harro edertasuna ezkutuan piztuta hau altuena gorputz-adarra

«Dick», galdetu nion eguzki tropikalak berotutako anbrosiaren ziztaden artean, «kamera guztiak autoan al daude ?»

"Bai, jauna; barruan hau ekipajea konpartimentua."

"Giri Bala benetako santua dela frogatzen bada, Mendebaldean idatzi nahi dut hari buruz. Hain botere inspiratzaileak dituen *yogini hindu batek* ez luke ezezagunki bizi eta hil behar, mango gehienek bezala."

Erdia bat ordu geroago Ni zen oraindik paseatzen barruan hau basoko bakea.

«Jauna», esan zuen Wright jaunak, «Giri Balara iritsi beharko genuke eguzkia sartu baino lehen, argazkiak ateratzeko nahikoa argi izateko». Irribarrez gaineratu zuen: «Mendebaldekoak oso eszeptikoak dira; ezin dugu espero argazkirik gabe emakumearengan sinestea!».

Hau zati -ren jakinduria zen eztabaidaezina; Ni buelta eman nire atzera piztuta tentazioa eta berriro sartu zen hau autoa.

«Zure arrazoia duzu, Dick», hasperen egin nuen abiadura handian zihoazela, «mango paradisua sakrifikatzen dut Mendebaldeko errealismoaren aldarean. Argazkiak izan behar ditugu!»

Errepidea gero eta gaixoagoa bihurtzen zen: ildoen zimurrak, buztin gogortuaren irakinaldiak, zahartzaroaren ahultasun tristeak! Gure taldea noizean behin zalditik

jaisten zen Wright jaunak Ford-a errazago maniobratu ahal izateko, laurok atzetik bultzatuz.

«Lambadar Babuk egia esan zuen», onartu zuen Saileshek. «Autoak ez gaitu eramaten; gu gara autoa eramaten duguna!»

Gure igoera, igoera auto asperdura zen liluratuta inoiz eta anonimo egilea hau itxura - ren bat herrixka,

bakoitza bat bat eszena -ren bitxia sinpletasuna.

«Gure bidea bihurgunez eta bihurgunez zihoan palmondo-sailen artean, basoaren itzalean kokatutako herri zahar eta hondatu gabeen artean», idatzi zuen Wright jaunak bere bidaia-egunkarian, 1936ko maiatzaren 5eko datarekin. «Oso liluragarriak dira lastozko txabola multzo hauek, Jainkoaren izenetako batekin apainduta». atea; haur txiki biluzi asko xaloki jolasean, begira geldituz edo basati korrika eginez beren herrian zehar erotu eta abiatzen ari zen gurdi handi, beltz eta idirik gabeko honetatik. Emakumeek itzaletatik begira besterik ez dute egiten, gizonak, berriz, errepide bazterreko zuhaitzen azpian lasai-lasai dabiltza, jakin-minez beren axolagabekeriaren azpian. Leku batean, herritar guztiak alai bainatzen ari ziren tanke handian (beren arropak jantzita, gorputzean oihal lehorrak jarritz aldatzen, bustiak utziz).

Emakumeak errodamendua ura ra haien etxeak, barruan erraldoi letoia poteak.

"Errepideak mendi eta gailur gainetik jazarpen alai batean eramán gintuen; jauzi eta buelta eman genuen, errekatxo txikietan murgildu ginen, amaitu gabeko galtzada baten inguruan desbideratu ginen, ibaiertz lehor eta hareatsuetan zehar irristatu ginen eta azkenean, 17:00ak aldera, gure helmugara hurbil geunden, Biur. Bankura barrutiaren barnealdean dagoen herrixka txiki hau, hostotza trinkoaren babespean ezkutatuta, bidaiariekin ezin dute bertara iritsi euri-sasoian, errekek uholde bortitzak direnean eta errepideek sugeen antzera lokatz-pozioa botatzen dutenean."

"Tenpluko otoitz batetik etxera bidean zihoazen fededun talde baten artean gida baten bila (zelai bakartian), dozena bat mutil arropa gutxiarekin setiatu gintuzten, autoaren alboetan igo zirenak, Giri Balara eramateko irrikaz."

"Bidea buztinezko txabola multzo bat babesten zuen datila palmondoen sail batera zihoan, baina hara iritsi aurretik, Ford-a une batez angelu arriskutsu batean irauli, gora bota eta behera erori zen. Bide estua zuhaitzen eta deposituaren artean zihoan, gailurren gainetik, zulo eta ildo sakonetara. Autoa zuhaixka multzo batean ainguratu zen, gero muino batean lurreratu zen, lur zatiak altxatu behar izan zituelarik; aurrera jarraitu genuen, poliki eta kontu handiz; bat-batean, bidea erdian sastraka multzo batekin gelditu zuen." gurdi-bidea, erlantz malkartsu batetik desbideratuz urmael lehor batera, eta bertatik erreskatatzeko, arraskatu, zizelkatu eta pala batzuk egin behar izan ziren. Behin eta berriz bidea zeharkaezina zirudien, baina erromesaldiak aurrera jarraitu behar zuen; mutil eskuzabalek palak hartu eta oztopoak eraitsi zituzten (Ganeshen itzalak!), ehunka haur eta guraso begira zeuden bitartean.

Laster antzinako bi ildoetatik ibili ginen, emakumeak begiak zabal-zabalik beren txabola-ateetatik begira, gizonak gure ondoan eta atzetik, haurrak korrika handitzen... prozesioa. Gurea izan zen agian errepide hauek zeharkatzen zituen lehen autoa; 'idi-gurdien sindikatua' izan behar du izan zaitez ahalguztiduna hemen! Zer sentazioa sortu genuen! Amerikar batekin gidatutako talde bat, auto

hots batean aitzindaria, beren herrixka gotorlekura iritsiz, antzinako pribatutasuna eta santutasuna inbadituz!

"Kale estu batean gelditu ginenean, Giri Balaren arbasoen etxetik ehun oinera aurkitu genuen geure burua. Bide luzearen ondoren, amaiera zakar batekin koroatutako borrokaren ondoren, asebetetzearen zirrara sentitu genuen. Adreiluzko eta igeltsuzko bi solairuko eraikin handi batera hurbildu ginen, inguruko adreiluzko txabolak menderatzen zituena; etxea konponketa-prozesuan zegoen, inguruan banbuzko egitura tropikal bereizgarria baitzegoen."

"Jaunaren 'gose gabeko' ukituak bedeinkatutakoaren ate irekien aurrean geunden sukarrez eta poztasun itoaz. Herriko biztanleak etengabe aho zabalik zeuden, gazteak eta zaharrak, biluzik eta jantzita, emakumeak apur bat urrun baina jakin-minez ere bai, gizonak eta mutilak lotsagabeki gure atzetik ikuskizun paregabe honi begira."

"Laster, irudi txiki bat agertu zen atean: Giri Bala! Zeta urre koloreko oihal triste batez estalita zegoen; Indiako ohiko eran, apaltasunez eta zalantzaz aurrera egin zuen, *swadeshi* oihalaren goiko tolesturaren azpitik begira. Begiak txingar ketsuak bezala distiratsen zituen burukoaren itzalean; aurpegi oso onbera eta atsegin batek liluratu gintuen," errealizazio eta ulermen aurpegi bat, lurreko atxikimenduaren orbanetik librea.

"Apalki bera hurbildu eta isil-isilik baiezkoa eman ra gure keinua bat zenbaki -ren argazkiak -rekin gure 'argazki' eta 'film' kamerak. **46-6** Pazientziaz eta lotsati jasan zituen gure postura doitzeko argazki teknikak. eta argi antolaketa. Azkenean gu izan grabatu -rako ondorengoak asko argazkiak Munduan berrogeita hamar urte baino gehiago janaririk edo edaririk gabe bizi izan den emakume bakarrarena. (Therese Neumannek, noski, barau egin du 1923tik). Ama-kutsukoa zen Giri Balaren aurpegia gure aurrean zegoenean, oihal solte batez guztiz estalita, gorputzaren zatirik ikusten ez zena, begiak behera zituen aurpegia, eskuak eta oin txikiak izan ezik. Bake arraro eta xalotasun xaloaren aurpegia... zabal, haurren antzekoa, dardarka ezpaina, bat emakumezkoa sudurra, estua, distiratsu begiak, eta bat irribarre malenkoniatsua ."

Wright jaunak Giri Balaren inguruan zuen inpresio bera neuk ere partekatzen nuen; espiritualtasunak bere belo distiratsu leunaren antzera inguratzen zuen. Nire aurrean *hitz egin zuen* , etxejabe batek monje bati ematen dion agur keinu ohikoan. Bere xarma soilak eta irribarre lasaiak ezti-otoitz baten haratagoko ongiatorria eman ziguten; ahaztuta geratu zen gure bidaia zail eta hautsez betea.

Santutxoa atarian eseri zen hankak gurutzatuta. Adinaren orbainak zituen arren, ez zegoen argal; bere oliba koloreko azala garbi eta osasuntsu mantendu zen.

«Ama», esan nion bengaleraz, «hogeita bost urte baino gehiago daramat erromesaldi hau gogoan! Zure bizitza sakratuaren berri Sthiti Lal Nundy Babu-rengandik entzun nuen».

Bera buruarekin keinua egin zuen barruan aitortza. "Bai, nire ona bizilagun barruan Nawabganj."

"Urte horietan ozeanoak zeharkatu ditut, baina ez dut inoiz ahaztu noizbait ikusteko hasierako plana" zu. Hemen hain oharkabean antzezten ari zaren drama sublime hori barneko janari jainkotiarra aspaldi ahaztu duen mundu baten aurrean aurkeztu beharko litzateke."

Santuak begiak altxatu zituen minutu batez, lasaitasunez

eta interes handiz irribarre eginez. «Babak (aita ohoratuak)

daki hobekien», erantzun zuen apalki.

Pozik nengoen ez zuelako iraindu; inoiz ez dakizu nola erreakzionatuko duten yogi edo yogini handiek publizitatearen ideiari. Oro har, saihesten dute, isiltasunean jarraitu nahi baitute arimaren ikerketa sakona. Barne-baimen bat iristen zaie beren bizitzak erakusteko une egokia iristen denean.

irekian -rako hau onura -ren bilatzen gogoak.

«Ama», jarraitu nuen, «barkatu, orduan, galdera askorekin zamatzeagatik. Mesedez, erantzun gustuko dituzunak bakarrik; zure isiltasuna ere ulertuko dut».

Eskuak keinu atsegin batean zabaldu zituen. «Pozik nago erantzuteaz, ni bezalako pertsona hutsal batek erantzun asegarriak eman ditzakeen neurrian».

"Ai, ez, ez hutsala! Ni protestatu zinez. "Zu dira bat bikaina arima."

«Guztion zerbitzari apala naiz». Xarmagarriki gaineratu zuen:

«Sukaldatzea eta jendeari jaten ematea maite dut». Aisialdi arraroa, pentsatu nuen, jaten ez duen santu batentzat!

"Esan ni, Ama, -tik zure propioa ezpainak egin zu bizi gabe janaria?"

«Hori egia da». Une batzuetan isilik egon zen; hurrengo oharrak erakutsi zuen buruko kalkuluarekin borrokan ibili zela. «Hamabi urte eta lau hilabete ditudanetik hirurogeita zortzi urtera arte —berrogeita hamasei urte baino gehiagoko epea— ez dut janaririk jan edo likidorik edan».

"Zare zu inoiz ez tentatu ra jan?"

«Janari gogoa izango banu, jan beharko nuke». Sinpleki baina erregetasunez adierazi zuen egia axiomatiko hau, egunean hiru otorduren inguruan biratzen den mundu batek ondoegi ezagutzen duena!

«Baina zerbait jaten duzu!» Nire tonuak gaitzespen

kutsua zuen. «Noski!» Irribarre egin zuen, azkar ulertuz.

"Zure elikadura airearen eta eguzki-argiaren energia finenetatik dator, 46-7 eta muin-muinaren bidez zure gorputza kargatzen duen botere kosmikotik."

"Baba badaki." Berriro bera onartu egin zuen, bera modu lasaigarria eta enfatikorik gabekoa.

"Ama, mesedez, kontatu zure bizitzaren hasierako bizitzari buruz. Interes handia du India osoarentzat, eta baita itsasoaz bestaldeko gure anai-arrebentzat ere."

Giri Bala jarri alde batera utzita bera ohiturazko erreserba, erlaxatzen sartu bat elkarrizketa aldartea.

«Hala izan bedi». Ahotsa baxua eta irmoa zuen. «Baso-eskualde hauetan jaio

nintzen. Nire hartzaroa ez zen apartekoa izan, asegaitzezko goseak hartu ninduela izan ezik. Gaztetan ezkontzeko hitza eman ninduten .»

«'Haurtxo', askotan ohartarazten zidan amak, 'saiatu zure gutizia kontrolatzen. Zure senarraren familian ezezagunen artean bizitzeko garaia iristen zaizunean, zer pentsatuko dute zutaz zure egunak jaten bakarrik igarotzen badituzu?'»

"Aurreikusi zuen hondamendia gertatu zen. Hamabi urte besterik ez nituen nire senarraren jendearekin Nawabganjen elkartu nintzenean. Nire amaginarrebak goiz, eguerdi eta gau lotsagarritzat jotzen ninduen nire jateko ohiturengatik. Hala ere, haren errieta bedeinkapen mozorrotua zen; nire joera espiritual lozorrotuak piztu zituzten. Goiz batean, haren iseka errukigabea izan zen."

«Laster frogatuko dizut», esan nion, bihotz-bihotzez ziztatuta, «ez dudala gehiago janaririk ukituko bizi naizen bitartean».

"Nire amaginarrebak iseka egin zuen. 'Orduan!', esan zuen, 'nola bizi zaitezke jan gabe, gehiegi jan gabe ezin bazara bizi?'"

"Ohar honek erantzunik ez zuen! Hala ere, burdinazko erabaki batek nire espiritua estutu zuen. Leku bakarti batean bilatu nuen nire Aita Zerukoa."

«Jauna», etengabe otoitz egiten nuen, «bidali iezadazu guru bat, zure argiaren arabera bizitzen irakatsiko didana, eta ez janariaren arabera».

ghatera abiatu nintzen . Bidean, nire senarraren familiako apaizarekin egin nuen topo."

"Agurgarria jauna,' Ni esan zuen konfiantzaz, 'atseginki esan ni nola ra bizi gabe jaten.

"Erantzunik gabe begiratu zidan. Azkenean, modu kontsolatzailean hitz egin zuen. 'Haur', esan zuen, 'zatoz tenplura gaur arratsaldean; zeremonia *vediko berezi bat egingo dizut*'. "

"Ez zen bilatzen ari nintzen erantzun lauso hau; *ghat aldera jarraitu nuen* . Goizeko eguzkiak urak zeharkatu zituen; Gangesen garbitu nuen neure burua, hasiera sakratu baterako balitz bezala. Ibai ertzetik irten nintzenean, oihal bustia inguratuta, egunaren argitasun zabalean, nire maisua agertu zen nire aurrean!"

«'Txiki maitea', esan zuen maitasunezko erruki ahotsaz, 'Jainkoak hona bidalitako gurua naiz zure otoitz premiazkoa betetzeko. Oso hunkituta geratu zen haren izaera ezohikoak! Gaurtik aurrera argi astralaz biziko zara, zure gorputzeko atomoak korronte infinituaz elikatuko dira'».

Giri Bala isildu egin zen. Wright jaunaren arkatza eta koaderno hartu eta ingelesera itzuli nituen zenbait gauza, haren informaziorako.

Santuak istorioa jarraitu zuen, ahots leuna ia entzun ezinik. " *Ghata* hutsik zegoen, baina nire guruak argi zaindari baten aura bat isuri zuen gure inguruan, gero bainulari galduak ez gaitzan molestatu. Niri hasiera eman zidan..." *kria teknika* bat , gorputza hilkorren janari gordinaren menpekotasunetik askatzen duena. Teknikak

*mantra jakin baten erabilera barne hartzen du 46-8 eta arnasketa ariketa bat, pertsona arrunt batek egin dezakeena baino zailagoa. Ez dago sendagairik edo magiarik tartean; *kria-tik haratago ezer ez* .*

Barruan hau modu -ren hau Amerikarra egunkaria kazetaria, MOE izan nahi gabe irakatsi ni bere

prozedurari jarraituz, munduarentzat interesgarriak izango zirela uste nuen hainbat gairi buruz galdetu nion Giri Balari. Pixkanaka, honako informazio hau eman zidan:

"Ez dut inoiz seme-alabarik izan; duela urte asko alargun geratu nintzen. Oso gutxi lo egiten dut, loa eta esnatzea gauza bera baitira niretzat. Gauez meditatzen dut, egunez etxeko lanak eginez. Klimaren aldaketa urtaro batetik bestera apur bat sentitzen dut. Inoiz ez naiz gaixotu edo gaixotasunik izan. Min arina baino ez dut sentitzen ustekabean zauritzen naizenean. Ez dut gorputzeko gorotzik. Bihotza eta arnasketa kontrola ditzaket. Askotan ikusten dut nire gurutza, baita beste arima handi batzuk ere, ikusmenean."

«Ama», galdetu nion, «zergatik ez diezu besteei janaririk gabe bizitzeko

metodoa irakasten?» Munduko milioika gosetuentzako nire itxaropen

handinahiak kimuan bertan zapuztu ziren.

«Ez». Burua astindu zuen. «Nire guruak zorrotz agindu zidan sekretua ez zabaltzeko. Ez da bere nahia Jainkoaren sorkuntza-drama nahastea. Nekazariak ez lidakete eskertuko jende askori jan gabe bizitzen irakatsiko banie! Fruitu goxoak alferrik geratuko lirateke lurrian. Badirudi miseria, gosetea eta gaixotasuna gure karmaren zigorrak direla, eta, azken finean, bizitzaren benetako esanahia bilatzera bultzatzen gaituztela».

"Ama," Ni esan zuen poliki-poliki, "zer da hau erabili -ren zure edukitzea izan bakarka kanpoan ra bizi gabe jaten?"

«Gizakia Espiritua dela frogatzeko». Jakinduriaz argitu zitzaion aurpegia.

«Jainkozko aurrerapenaren bidez pixkanaka Argi Betierekoaren arabera bizitzen ikas dezakeela frogatzeko, eta ez janariaren arabera».

Santua meditazio egoera sakon batean murgildu zen. Barrura begira zegoen; begien sakontasun leuna espresio gabe bihurtu zen. Hasperen moduko bat eman zuen, arnasarik gabeko transa extatikorako sarrera. Denbora batez zalantza gabeko eremura ihes egin zuen, barne pozaren zerura.

Iluntasun tropikala erori zen. Kerosenozko lanpara txiki baten argia itzaletan isilik eserita zeuden hainbat herritarren aurpegietan keinuka zebilen. Ipurtargiak eta txaboletoak olio-farol urrunek eredu distiratsu eta beldurgarriak ehuntzen zituzten belusezko gauean. Agurra egiteko ordu mingarria zen; bidaia motela eta aspergarria zegoen gure talde txikiaren aurrean.

"Giri Bala," Ni esan zuen bezala hau santu ireki bera begiak, "mesedez eman ni bat oroigarri bat tira -ren bat -ren zure

". sariak

Laster itzuli zen Benaresko zeta zati batekin, eskuan luzatuz eta bat-batean lurrera makurtu zen.

"Ama," Ni esan zuen errespetuz, "hobeto esanda utzi ni ukitu zure propioa bedeinkatua oinak!"

.....
46-1 : Barruan iparraldeko Bengala.

46-2 : H. H. Jauna Bijay Chand Mahtab, orain hilda. Bere familia zalantzarik gabe dauka batzuk erregistro -ren hau Maharajaren Giri Balaren hiru ikerketa.

46-3 : Emakumea yogia.

46-4 : "Kendutzailea -ren Oztopoak", hau jainko -ren ona fortuna.

46-5 : Sri Yukteswar erabilia ra esan: "The Jauna du emanda gu hau fruituak -ren hau ona lurra. Gu bezala ra ikusi gure janaria, ra usaina dastatzeko - hinduari ukitzea ere gustatzen zaio!" Inori ez zaio axola *entzutea* ere, otorduan inor ez badago!

46-6 : Jauna Wright baita ere hartu mugitzen argazkiak -ren Sri Yukteswar zehar bere azken Negua Solstizioa

Jaialdia barruan Serampore. 46-7: «Jaten duguna erradiazioa da; gure janaria energia kuantu asko da», esan

zuen Clevelandeko George W. Crile doktoreak

bilkura -ren medikoa gizonak piztuta Maiatza 17, 1933an barruan Memphis. "Hau guztiz garrantzitsua erradiazioa, zein kaleratzeak elektrikoa korronteak

izan ere, gorputzaren zirkuitu elektrikoa, nerbio-sistema, eguzki-izpiek ematen diete janariari. Atomoak, dioenez, eguzki-sistemak dira. Atomoak dira hau ibilgailuak hori dira beteta -rekin eguzki distira bezala beraz asko kiribildua iturburuak.

Hauek ugari atomo beteak energia janari gisa hartzen dira. Behin giza gorputzean sartuta, ibilgailu tentsiodun hauek, atomoak, gorputzaren protoplasman deskargatzen dira, hau distira altzariak berria kimiko energia, berria elektrikoa korronteak. Zure gorputza da egina gora -ren halako «atomoak», esan zuen Crile doktoreak. «Zure muskuluak, garunak . «eta zentzumen-organoak dira, hala nola begiak eta belarriak

Noizbait zientzialariak borondatea aurkitu nola gizona ahal bizi zuzenean piztuta eguzki energia. "Klorofila da hau bakarrik substantzia ezaguna naturan hori nolabait dauka hau boterea ra ekintza bezala bat eguzki-argia tranpa," William L. Laurence idazten du barruan hau *Berria York Times* . "Eguzki-argiaren energia 'harrapatzen' du eta landarean gordetzen du. Hori gabe ez litzateke bizitzarik existituko. Bizitzeko behar dugun energia jaten dugun landare-elikagaian ".edo landareak jaten dituzten animalien haragian gordetako eguzki-energiatik lortzen dugu

The energia gu lortu -tik ikatza edo olioak da eguzki energia harrapatuta egilea hau klorofila barruan landare bizitza . "milioika -ren urteak duela. Gu eguzkiari esker bizi dira klorofilaren bidez

Indartsua bibraziozko kantua. The literalki itzulpena -ren Sanskritoa *mantra* da "tresna -ren pentsatu," :46-8 esanguratsua hau ideala, entzunezina soinuak zein ordezkatu bat alderdi -ren sorkuntza; noiz bokalizatua bezala silabak, bat *mantra* osatzen du bat terminologia unibertsala. Soinuaren botere infinituak AUM-etik datoz, "Hitzetik" .edo Motor Kosmikoaren burrunba sortzailetik

KAPITULUA: 47

Ni Itzuli Hara The Mendebaldea

"Yoga eskola asko eman ditut Indian eta Amerikan; baina aitortu behar dut, hindua naizen aldetik, oso pozik nagoela ingeles ikasleentzako klase bat emateaz."

Nire Londresko klaseko kideek esker onez barre egin zuten; ez zegoen inoiz gure

yoga bakea asaldatu zuen istilu politikorik.

India oroitzapen sakratu bat zen orain. 1936ko iraila da; Ingalaterran nago hamasei hilabete lehenago egindako promesa betetzeko, Londresen berriro hitzaldia emateko.

Ingalaterra ere oso harrera ona du yoga mezu klasikoarekiko. Kazetariak eta albistegietako kamerariak Grosvenor Houseko nire egoitzak hartu zituzten. British National Council of the World

Fellowship of Faiths-ek bilera bat antolatu zuen irailaren 29an Whitefield-eko Eliza Kongregazionallean, eta bertan entzuleei "Nola fedeak elkartasunean zibilizazioa salba dezakeen" gai garrantzitsuaz hitz egin nien. Caxton Hall-eko zortzietako hitzaldiek hainbeste jendetza erakarri zuten, ezen bi gauetan Windsor House auditorioan jende gehiegi zegoen nire bigarren hitzaldiaren zain bederatzi eta erdietan. Hurrengo asteetan yoga klaseak hain ugariak izan ziren, ezen Wright jaunak beste areto batera lekualdatzea antolatu behar izan zuen.

Ingalaterrako irmotasunak adierazpen miresgarria du harreman espiritual batean. Londresko yoga ikasleak leialki antolatu ziren, nire irteeraren ondoren, Autoerrealizazio Fellowship zentro batean, meditazio bilerak astero eginez gerra urte latzetan zehar.

Aste ahaztezinak Ingalaterran; egunak Londresen turismoa egiteko, eta gero landa ederrez gozatzeko. Wright jaunak eta biok Ford fidagarria eskatu genuen Britainia Handiko historiako poeta eta heroi handien jaiotetxeak eta hilobiak bisitatzeko.

Gure talde txikia Southamptondik Amerikara abiatu zen urriaren amaieran *Bremen itsasontzian*. New Yorkeko portuan dagoen Askatasunaren Estatua dotoreak poz eta emozionalki trago bat ekarri zien ez bakarrik Bletch andereñoari eta Wright jaunari, baita nireari ere.

Ford-a, lur zaharrekin izandako borroken ondorioz apur bat hondatuta, oraindik indartsua zen; orain, Kaliforniarako bidaia transkontinental lasai-lasai egiten zuen. 1936ko amaieran, hara! Washington mendia.

Urte amaierako oporrak urtero ospatzen dira Los Angelesko zentroan, abenduaren 24an (Eguberri Espirituala) zortzi orduko talde-meditazio batekin, eta hurrengo egunean oturuntza batekin (Eguberri Soziala). Aurtengo ospakizunak hiri urrunetatik etorritako lagun eta ikasle maiteen presentziarekin osatu ziren, hiru munduko bidaiariak etxera ongietorria ematera etorri baitziren.

Gabon eguneko oturuntzak hamabost mila kilometroko jakiak barne hartu zituen, okasio alai honetarako ekarriak: Kashmireko *gucchi perretxikoak*, *rasagulla* eta mango mamia kontserbak, *papar* gailetak eta olio bat. Indiako *keora* lorearen zaporea, gure izozkia zaporeztatzen zuena. Arratsaldean Gabonetako zuhaitz distiratsu erraldoi baten inguruan bilduta aurkitu gintuen, alboko tximinia altzifre aromatikoaren enborrez txinpartatsu.

Opari-garaia! Opariak munduko txoko urrunetatik: Palestina, Egipto, India, Ingalaterra, Frantzia, Italia. Zein neketsu zenbatu zituen Wright jaunak atzerriko bidegurutze bakoitzean enborrak, inork ez dezan Amerikako maiteentzat zuzendutako altxorrak jaso! Lurralde Santuko olibondo sakratuaren plakak, Belgika eta Holandako puntu eta brodatu delikatuak, pertsiar alfonbrak, Kashmiri xal fin ehunduak, Mysoreko sandalo erretiluak beti usaintsuak, Erdialdeko probintzietako

Shiva "idi begi" harriak, aspaldi ihes egindako dinastietako Indiako txanpon zaharrak, bitxiz apaindutako loreontziak eta kopak, miniaturak, tapizak, tenpluetako intsentsua eta lurrinak, *swadeshi* kotoizko estanpak, laka lanak, Mysoreko bolizko tailuak, punta luzeko pertsier zapatilak, eskuizkribu argiztatu zahar bitxiak, belusak, brokatuak, Gandhi txapelak, zeramikak, teilak, letoizko lanak, otoitz alfonbrak... hiru kontinente!

Bat egilea bat Ni banatua hau alai bilduta paketeak -tik hau izugarria pila azpian hau zuhaitza.

«Gyanamata arreba!» Kutxa luze bat eman nion aurpegi gozoko eta ulermen sakoneko emakume estatubatuar santuari, ni kanpoan nengoela, Washington mendian arduraduna izan zenari. Paperezko zapietatik Benares zetazko *sari urreztatu bat atera zuen*.

"Eskerrik asko zu, jauna; hura ekartzen hau lehiaketa -ren India aurretik nire begiak."

«Dickinson jauna!» Hurrengo paketeak Kalkutako azoka batean erosi nuen opari bat zuen. «Dickinson jaunari gustatuko zaio hau», pentsatu nuen garai hartan. Maite nuen dizipulua izanik, Dickinson jauna Gabonetako jaialdi guztietan egon zen Washington mendia 1925ean sortu zenetik. Hamaikagarren urteurreneko ospakizun honetan, nire aurrean zegoen zutik, bere pakete karratu txikiaren zintak askatzen.

«Zilarrezko kopa!» Emozioz borrokan, opariari begira geratu zen, edateko kopa altu bat. Urruti samar eseri zen, antza denez, zur eta lur. Maitasunez irribarre egin nion, Santa Clausen papera berriro hartu aurretik.

Eiakulazio-gaua opari guztien Emaileri egindako otoitz batekin amaitu zen; ondoren, talde batek Gabon-kantak abestu zituen.

Jauna Dickinson eta Ni ziren txateatzen elkarrekin noizbait geroago.

«Jauna», esan zuen, «mesedez, eskerrak eman nahi dizkizut orain zilarrezko kopa honengatik. Gabon gauean ez nuen hitzik aurkitu».

"Nik ekarri hau opari batez ere -rako zu."

«Berrogeita hiru urtez egon naiz zilarrezko kopa horren zain! Istorio luzea da, nire baitan ezkutatuta gorde dudana». Dickinson jaunak lotsati begiratu zidan. «Hasiera dramatikoa izan zen: itotzen ari nintzen. Nire anaia zaharrenak jostalari bultzatu ninduen Nebraskako herri txiki bateko hamabost oineko igerileku batera. Bost urte besterik ez nituen orduan. Bigarren aldiz ur azpian hondoratzear nengoela, argi koloretsu liluragarri bat agertu zen, espazio guztia betez. Erdian, begi lasaiak eta irribarre lasaigarria zituen gizon baten irudia zegoen. Nire gorputza hirugarren aldiz hondoratzen ari zen, nire anaiaren lagunetako batek sahats altu eta lirain bat hain sakon makurtu zuenean, non nire hatz etsiekin heldu ahal izan nuen. Mutilek ertzera eramane ninduten eta lehen sorospenak eman zizkidaten arrakastaz» .

"Hamabi urte geroago, hamazazpi urteko gazte nintzela, Chicago bisitatu nuen nire amarekin. 1893. urtea zen; Erljioen Munduko Parlamentu handia biltzen ari zen. Ama eta biok kale nagusi batetik gindoazen, eta berriro ere argi-distira handia ikusi nuen. Pauso batzuk harago, lasai-lasai, zegoen..." urte lehenago ikusmen batean ikusi nuen gizon bera. Auditorio handi batera hurbildu eta desagertu egin zen atearen barruan.



Jauna E. E. Dickinson -ren Los Angeles; bera bilatu bat zilar kopa



Sri Yukteswar eta neure burua barruan Kalkuta, 1935. Bera da eramaten hau opari aterki -makila



Ranchiko ikasle eta irakasle talde bat Kasimbazarko Maharaja agurgarriarekin posatzen (erdian, zuriz jantzita). 1918an, bere Kasimbazar jauregia eta Ranchiko hogeita bost hektarea eman zituen mutilentzako yoga eskolaren kokaleku iraunkor gisa.

"'Ama', Ni negar egin zuen, hori zen hau gizona MOE agertu -n hau denbora Ni zen itotzear!

"Eraikinera presaka sartu ginen bera eta biok; gizona hitzaldi-plataforma batean eserita zegoen. Laster jakin genuen Indiako Swami Vivekananda zela. 47-1" Hitzaldi hunkigarria eman ondoren, aurrera joan nintzen berarekin topo egitera. Irribarre atsegina egin zidan, lagun zaharrak bagina bezala. Hain gaztea nintzen, ezen ez nekien nola adierazi nire sentimenduak, baina bihotzean espero nuen nire irakasle izateko eskaintza egingo zidala. Nire pentsamendua irakurri zuen.

«Ez, seme maitea, ez naiz zure guria». Vivekanandak bere begi eder eta zorrotzekin nireetan sakon begiratu zuen. «Zure irakaslea geroago etorriko da. Zilarrezko kopa bat emango dizu». Isilune txiki baten ondoren, irribarrez gaineratu zuen: «Orain edukitzeko gai zarena baino bedeinkapen gehiago isuriko dizkizu».

«Egun gutxiren buruan Chicago utzi nuen», jarraitu zuen Dickinson jaunak, «eta ez nuen Vivekananda handia berriro ikusi. Baina esandako hitz bakoitza nire barne-barnean idatzita geratu zen. Urteak igaro ziren; ez zen irakaslerik agertu. 1925eko gau batean sakon otoitz egin nuen Jaunak nire guria bidal ziezadala. Ordu batzuk geroago, melodia leunek esnatu ninduten lotik. Txirulak eta beste instrumentu batzuk zeramatzen zeruko izaki talde bat agertu zen nire begien aurrean. Aireak musika loriatsuz bete ondoren, aingeruak poliki-poliki desagertu ziren.

"Hurrengo arratsaldean, lehen aldiz, zure hitzaldi batera joan nintzen hemen Los Angelesen, eta orduan jakin nuen nire otoitza onartu zutela."

Gu irribarre egin zuen -n bakoitza beste barruan isiltasuna.

«Hamaika urte daramatzat zure *Kriya Yoga* dizipulua», jarraitu zuen Dickinson jaunak. «Batzuetan zilarrezko kopari buruz galdetzen nion neure buruari; ia konbentzitu nintzen Vivekanandaren hitzak metaforikoak baino ez zirela. Baina Gabon gauean, zuhaitzaren ondoko kutxa karratua eman zenidanean,...» Ni ikusi, -rako hau hirugarren denbora barruan nire bizitza, hau berdina liluragarri flash -ren argia. Barruan beste bat minutu Ni zen

Vivekanandak berrogeita hiru urte lehenago niretzat aurreikusi zuen nire guruaren opariari begira: zilarrezko kopa bat!

.....
The buruzagi dizipulu -ren hau Kristoren antzekoa maisu Sri Ramakrishna :47-1

KAPITULUA: 48

-n Encinitas Barruan Kalifornia

«Sorpresa bat, jauna! Zure kanpoan egonaldian, Encinitasko ermita hau eraiki dugu; etxera ongi etorria emateko opari bat da!» Gyanamata ahizpak irribarrez ate batetik eta zuhaitzez estalitako bide batetik eraman ninduen.

Eraikin bat ikusi nuen itsasontzi zuri handi baten antzera, gatzun urdinerantz irteten. Lehenik hitzik gabe, gero "Ai!" eta "Ai!" oihuekin, eta azkenik, gizakiaren poz eta esker oneko hiztegi eskasarekin, ashrama aztertu nuen: hamasei gela ezohiko handiak, bakoitza xarmangarriki apainduta.

Sabairainoko leiho erraldoiekin, erdiko areto dotoreak belarraren, ozeanoaren eta zeruaren aldare batera ematen du: esmeralda, opalo eta zafiro koloreko sinfonia bat. Aretoko tximinia erraldoiaren gaineko manta batek Lahiri Mahasayaren irudi markoztatua dauka, Pazifikoko zeru urrun honi bedeinkapena irribarrez ematen.

Aretoaren azpian, amildegian bertan eraikita, bi meditazio-kobazulo bakarti zeruaren eta itsasoaren infinitutasunei aurre egiten diete. Belardiak, eguzkia hartzeko txokoak, hektarea sagastiak, eukalipto-sail bat, arrosa eta lilien artetik isiltasun-pergolak dituzten harlauza-bideak, hondartza isolatu batera amaitzen den eskailera luze bat eta ur zabalak! Ametsa inoiz konketuagoa izan al zen?

«Santuen arima on, heroiko eta oparoak etor daitezela hona», dio Zend *-Avestako «Etxebizitza baterako otoitz bat» liburuak*, ermita-ate batean itsatsita, «eta gurekin batera joan daitezela, beren dohain bedeinkatuen sendatzeko bertuteak emanez, lurra bezain zabalduta, ibaiak bezain urrun, eguzkia bezain altu, gizaki hobeak sustatzeko, ugaritasunaren eta aintzaren handitzeko».

"Obedientziak desobedientzia garai dezala etxe honetan; bakeak hemen

desadostasunaren gainetik garai dezala; bihotz-askatasunak gutizia gaindi dezala, egiazko hizkerak engainuaren gainetik, errespetuak mespretxuaren gainetik. Gure gogoak poztu eta gure arimak goratu daitezen, gure gorputzak ere aintzatu daitezela; eta, Jainkozko Argia, ikus zaitzagun, eta hurbilduz, zure inguruan etor gaitezen, eta zuregana iris gaitezen."

osoa laguntasuna!"



Encinitas, Kalifornia, Pazifikoari begira. Autoerrealizazio Elkartearen eraikin nagusia eta lurren zati bat

Autoerrealizazio Fellowship ashrama hau dizipulu amerikar batzuen eskuzabaltasunari esker posible izan da, erantzukizun amaigabeak dituzten eta egunero denbora aurkitzen duten *Kriya Yogarako* . Ermitaren eraikuntzari buruzko hitz bakar bat ere ez zitzaidan iritsi Indian eta European egon nintzen bitartean. Harridura, gozamena!

Amerikan nengoen lehen urteetan, Kaliforniako kostaldea arakatu nuen itsasertzeko ashrama bat egiteko leku txiki baten bila; leku egoki bat aurkitzen nuen bakoitzean, oztoporen bat sortzen zen beti nire aurka egiteko. Orain Encinitasko hektarea zabalak begiratzen nituen, **48-1** Apalki ikusi nuen Sri Yukteswarren aspaldiko profeziaren betetze ahalegingabea: "ozeanoaren ondoko ermita bat".

Hilabete batzuk geroago, 1937ko Pazko egunean, Encinitasko belardi leunetan zuzendu nuen lehenengoa Egunsentiko Zerbitzu asko. Antzinako magoen antzera, ehunka ikaslek debozioz begiratu zioten eguneroko mirariari, ekialdeko zeruko eguzki-suaren erritu goiztiarrari. Mendebaldean, agortezina zen Pazifikoa, bere laudorio solemneak ozenki kantatzen; urrunean, belaontzi zuri txiki bat eta kaio baten hegaldi bakartia. "Kristo, piztu zara!" Ez bakarrik udaberriko eguzkiarekin, baizik eta Espirituaren egunsenti betierekoan !

Hilabete zoriotsu asko igaro ziren; edertasun perfektuaren bakean, ermitan aspalditik proiektuan nengoen lan bat osatu ahal izan nuen, *Cosmic Chants* . Berrogei bat abesti ingelesez eta mendebaldeko musika-notaziora egokitu nituen, batzuk originalak, beste batzuk antzinako melodien nire egokitzapenak. Besteak beste, Shankararen kantua, "Ez jaiotzerik, ez heriotzarik"; Sri Yukteswarren bi gogokoenak: "Esnatu, baina esnatu, oi nire santua!" eta "Desira, nire etsai handia"; sanskritozko "Brahmari ereserkia"; bengalerako abesti zaharrak, "Zer tximista!" eta

"Entzun dute zure izena"; Tagoreren "Nor dago nire tenpluan?"; eta nire konposizio batzuk: "Beti izango naiz zurea", "Nire ametsen atzean dagoen lurraldean", "Zeru isildutik etorri", "Entzun nire arimaren deia", "Isiltasunaren tenpluan" eta "Zu zara nire bizitza".

-rako bat hitzaurrea ra hau abesti-liburua Ni kontatu nire lehenengo bikaina esperientzia -rekin hau harmen -ren

Mendebaldekoak Ekialdeko aire deboziorako eta bitxietara. Jendaurreko hitzaldi bat izan zen; ordua, 1926ko apirilaren 18a; lekua, New Yorkeko Carnegie Hall.

«Hunsicker jauna», esan nion ikasle estatubatuar bati, «entzuleei antzinako kantu hindu bat abesteko eskatzeko asmoa dut: 'Ai Jainko Ederra!'».

«Jauna», protestatu zuen Hunsicker jaunak, «ekialdeko abesti hauek arrotzak dira amerikarren ulermenerako. Zein lotsagarria den hitzaldia tomate helduegiei buruzko iruzkin batekin zapuztuko balitz!»

Nik barre artean ez nuen ados egon. «Musika hizkuntza unibertsala da. Amerikarrari ez zaio faltako arimaren nahia sentitzea kantu goren honetan». **48-2**

Hitzaldian zehar, Hunsicker jauna nire atzean eseri zen plataforman, ziurrenik nire segurtasunaren beldurrez. Bere zalantzak oinarririk gabekoak ziren; ez bakarrik barazki desatseginak falta ziren, baizik eta ordubete eta hogeita bost minutuz "Oh God Beautiful!" abestiaren doinuak etenik gabe entzun ziren. -tik hiru mila eztarriak. Blase' ez luzeagoa, maitea Berria Yorkekoak; zure bihotzak poz-kantu soil batean hegan egin zuten! Jainkozko sendaketak gertatu ziren arratsalde hartan Jaunaren izen bedeinkatua maitasunez kantatzen duten debotoen artean.

Literatura-kantari baten bizitza isolatua ez zen nire eginkizuna denbora luzez izan. Laster, bi astetik behin Los Angeles eta Encinitas artean banatzen hasi nintzen. Igandeko zerbitzuak, klaseak, klub eta unibertsitateen aurreko hitzaldiak, ikasleekin elkarriketak, etengabeko korrespondentzia-jarioak, *East-West aldizkarirako artikuluak, Indian eta Amerikako hirietako hainbat zentro txikitan jarduteko jardueren zuzendaritza. Denbora asko eman nion, halaber, Kriya eta beste Autoerrealizazio Fellowship irakaspenak ikasketa-sorta batean antolatzeari, espazio-mugarik ezagutzen ez zuten urruneko yoga-bilatzaileentzako, zeinen grina ez baitzen espazio-mugarik ezagutzen.*

Alaia dedikazioa -ren bat Autoerrealizazioa Eliza -ren Guztiak Erligioak hartu leku barruan 1938an -n Washingtonen, DC Paisaia-lurren artean kokatua, eliza dotorea hiriko "Friendship Heights" izeneko auzo batean dago. Washingtongo liderra Swami Premananda da, Ranchi eskolan eta Kalkutako Unibertsitatean hezia. 1928an deitu nuen Washington Self-Realization Fellowship zentroaren gidaritza hartzera.

«Premananda», esan nion bere tenplu berrira bisitan, «ekialdeko egoitza hau zure debozio nekaezinaren harrizko oroigarri bat da. Hemen, nazioaren hiriburuan, Lahiri Mahasayaren idealen argia gora eutsi duzu».

Premanandak Washingtondik lagundu zidan Bostongo Self-Realization Fellowship zentrorako bisita labur bat egitera. Zeinen pozgarria 1920tik tinko mantendu den *Kriya Yoga taldea berriro ikustea! Bostongo buruak, MW Lewis doktoreak, nire*

laguna eta biok suite moderno eta artistikoki apaindu batean ostatu eman zigun.

«Jauna», esan zidan Lewis doktoreak irribarrez, «Amerikan lehen urteetan hiri honetan logela bakarrean egon zinen, bainugelarik gabe. Jakin nahi nuen Bostonek apartamentu luxuzko batzuk dituela!»

Sarraski hurbilaren itzalak munduan zehar luzatzen ari ziren; belarri zorrotzak jada entzun zitzakeen gerraren danbor izugarriak. Kalifornian milaka pertsonarekin egindako elkarrizketetan eta mundu osoko korrespondentzia baten bidez, konturatu nintzen gizon-emakumeak sakonki aztertzen ari zirela beren bihotzak; kanpoko segurtasun ez tragikoak azpimarratu zuen Betiko Ainguralekuaren beharra.

«Meditazioaren balioa ikasi dugu, egia esan», idatzi zidan London Self-Realization Fellowship zentroko buruak 1941ean, «eta badakigu ezerk ezin duela gure barne bakea asaldatu. Azken asteotan, bileretan zehar, aire erasoan abisuak entzun ditugu eta leherketak entzun ditugu». atzeratutako ekintza bonbak, baina gure ikasleak oraindik bildu eta guztiz gozatu gure zerbitzu ederra ».

Beste gutun bat iritsi zitzaidan gerraz suntsitutako Ingalaterratik, Amerikak gerran sartu baino lehen. Hitz noble eta patetikoetan, L. Cranmer Byng doktoreak, *The Wisdom Of The East bildumako editore ospetsuak* , idatzi zuen:

Ekialde-Mendebaldea irakurri nuenean konturatu nintzen zein urrun geunden elkarrengandik, bitan bizitzen ari ginela zirudien. " mundu desberdinak. Edertasuna, ordena, lasaitasuna eta bakea Los Angelesetik datoz niregana, portura nabigatzen ari diren bezala Grial Santuaren bedeinkapenez eta erosotasunez betetako ontzi bat hiri setiatu batera.

"Amets batean bezala ikusten dut zure palmondo-saila, eta Encinitasko tenplua, bere ozeano-hedadura eta mendi-ikuspegiekin, eta batez ere, espiritualki pentsakor dauden gizon-emakumeen komunitatea, batasunean bildutako, sormen-lanean murgilduta eta hausnarketan hornitutako komunitatea. Nire ikuspegiaren mundua da, zeinaren sorreran nire zati txikia izatea espero nuen, eta orain..."

"Agian gorputzean ez naiz inoiz zure urrezko kostaldeetara iritsiko, ezta zure tenpluan gurtuko ere. Baina zerbait eta gehiago da ikuspegia izan izana eta jakitea gerraren erdian oraindik bakea dagoela zure portuetan eta zure muinoen artean. Agurra Anaitasun osoari soldadu soil baten partetik, egunsentiaren zain dagoen zaintza-dorrean idatzita."

Gerra urteek esnatze espirituala ekarri zuten Itun Berria aztertzea inoiz izan ez zuten gizonen artean. Gerraren belar mingotsen destilazio gozo bat! Hazten ari zen behar bati erantzuteko, Erljio Guztien Auto-Errealizazio Eliza txiki eta inspiratzaile bat eraiki eta eskaini zen. barruan 1942 -n Hollywood. The gune aurpegiak Oliba Muinoa eta hau urrun Los Los Angeles Planetarioa. Eliza, urdinez, zuriz eta urrez apaindua, ur-hiazintoen artean islatzen da putzu handi batean. Lorategiak lorez, harrizko orein ikaragarri batzuekin, beirate batekin... pergola, eta desioen putzu bitxi bat. Txanponekin eta gizakiaren kaleidoskopiozko desioekin batera, Espirituaren altxor bakarrerako asmo garbi asko egon dira! Ontasun unibertsal bat isurtzen da Lahiri Mahasaya eta Sri Yuktaswarren estatuekin, eta Krishna, Buda, Konfuzio, San Frantziskorekin eta Azken Afariko Kristoren ama-perlazio

erreprodukzio eder batekin dauden nitxo txikietatik.

Beste Erlijio Guztien Autoerrealizazio Eliza bat sortu zen 1943an San Diegon. Muino gaineko tenplu lasaia da, eukaliptoen haran maldatsu batean dago, San Diegoko badia distiratsuari begira.

Arratsalde batean babesleku lasai honetan eserita, nire bihotza abestian isurtzen ari nintzen. Nire hatzen azpian elizako organo gozoa nuen, nire ezpainetan antzinako bengaler baten kexu irrikan.

deboto MOE izan bilatu -rako betiereko kontsolamendua:

Barruan hau mundua, Ama, bat ere ez ahal maitasuna ni;
Mundu honetan ez dute jainkozko maitasuna
ezagutzen. Non dago maitasun hutsa?
Non dago benetan Zu maitatzea?
Han egon nahi du nire bihotzak.

Kaperan nuen laguna, Lloyd Kennell doktorea, San Diegoko zentroko burua,
irribarre txiki bat egiten ari zen abestiaren hitzak entzutean.

«Esadazu benetan, Paramhansaji, merezi izan al du?» Zintzotasunez begiratu zidan.
Ulertu nuen bere galdera laburra: «Zoriontsu izan al zara Amerikan? Eta zer
gertatzen da desilusioekin, bihotzeko minekin, gidatu ezin zuten zentroko
buruzagiekin, irakatsi ezin zitzaizkien ikasleekin?»

«Zorionekoa Jaunak probatzen duen gizona, doktore! Noizean behin gogoratu da
zama bat nire gainean jartzeaz!» Orduan, fededun guztiengan pentsatu nuen,
maitasunean, debozioan eta Amerikaren bihotzean zegoen ulermena. Astiro-astiro
jarraitu nuen: "Baina nire erantzuna hau da: Bai, mila aldiz bai! Merezi izan du;
etengabeko inspirazioa izan da, inoiz baino gehiago amestu nuena, Mendebaldea eta
Ekialdea lotura iraunkor bakarrean, espiritualean, hurbiltzen ikustea!"

Isil-isilik otoitz bat gehitu nuen: "Babajik eta Sri Yukteswarjik senti dezatela nire
partea egin dudala, bidali ninduten itxaropen handia zapuztu gabe".

Ni buelta eman berriro ra hau organoa; hau denbora nire abestia zen tindatua -rekin
bat borrokalari balentria:

Denboraren gurpil errotatzaileak
ilargi eta izarren bizitza asko
hondatzen ditu Eta goiz
irribarretsu asko - Baina oraindik
nire arima aurrera doa!

Ilunpea, heriotza eta porrotak lehian
aritu ziren; Nire bidea blokeatzen
saiatu ziren gogor;
Natura jeloskorrarekiko nire borroka

indartsua da- Baina hala ere nire
arima aurrera doa!

1945eko Urteberri astean Encinitaseko nire estudioan aurkitu nuen lanean, liburu honen eskuizkribua berrikusten.

autobidearen ondoko Fellowship jabetzaren ertzean eraikitzen ari ziren dorre berrietara seinalatu zuen .

"Jauna, hobekuntza asko ikusten ditut hemen azken bisitatik." Lewis doktorea urtean bitan etortzen da Bostonetik Encinitasera.

"Bai, doktore, aspalditik buruan dudan proiektu batek forma hartzen hasi da. Ingurune eder hauetan munduko kolonia txiki bat sortu dut. Anaitasuna ideal bat da, adibideen bidez hobeto ulertzen dena printzipioen bidez baino! Hemen dagoen talde txiki eta harmoniatsu batek beste komunitate ideal batzuk inspira ditzake lurrean zehar."

"A bikaina ideia, jauna! The kolonia borondatea ziur aski izan bat arrakasta baldin eta denak zintzotasunez egiten du bere zati bat!"

«'Mundua' terminoa luzea da, baina gizakiak bere leialtasuna zabaldu behar du, bere burua munduko hiritar gisa kontuan hartuta», jarraitu nuen. «Benetan sentitzen duen pertsona batek, hau da, 'Mundua nire aberria da; nire Amerika, nire India, nire Filipinak, nire Ingalaterra, nire Afrika', ez du inoiz bizitza erabilgarri eta zoriontsu bat izateko aukerarik faltako. Bere tokiko harrotasun naturalak hedapen mugagabea ezagutuko du; korrante unibertsal sortzaileekin harremanetan egongo da».

Lewis doktorea eta biok ermita ondoko loto-putzuaren gainean gelditu ginen. Gure azpian Pazifikoko mugagabea zegoen.

«Ur berberak Mendebaldeko eta Ekialdeko kostaldeetan hausten dira berdin, Kalifornian eta Txinan». Nire lagunak harri txiki bat bota zuen ozeanoko hirurogeita hamar milioi milia koadroko lehenengora. «Encinitas munduko kolonia baten leku sinbolikoa da».

"Egia da hori, doktore. Erlijioaren hainbat konferentzia eta kongresu antolatuko ditugu hemen, lurralde guztietako ordezkariak gonbidatuz. Nazioen banderak zintzilikatuko dira gure aretoetan. Tenplu txikiak eraikiko dira lurretan, munduko erlijio nagusiei eskainiak."

«Ahalik eta azkarren», jarraitu nuen, «Yoga Institutu bat irekitzeko asmoa dut hemen. *Kriya Yogaren bedeinkatutako eginkizuna* Mendebaldean hasi besterik ez da egin. Gizaki guztiek jakin dezatela giza miseria guztia gainditzeko autoerrealizazio teknika zientifiko eta zehatz bat dagoela!»



1945ean San Frantziskon egindako Arraza arteko Bilera bateko hizlariak, Bake Konferentziaren deialdian. (Ezkerretik eskuinera) Maneck Anklesaria doktorea, John Cohee, ni neu, Hugh E. MacBeth, Vince M.



Washington DC-ko Erljio Guztien Auto-Errealizazio Eliza, zeinaren burua, Swami Premananda, hemen nirekin batera agertzen den argazkian.



Nire agurgarri aita, eserita barruan hau lasai lotoa jarrera, Kalkuta, 1936an

Gauean berandu arte, nire lagun maiteak -Amerikako lehen *Kriya Yogiak*- oinarri espiritualetan oinarritutako munduko kolonien beharra eztabaidatu zuen nirekin. "Gizarte" izeneko abstrakzio antropomorfitik bati egozten zaizkion gaitzak modu errealistagoan egotz dakizkioke gizaki orori. Utopiak bihotz pribatuan sortu behar du bertute zibikoan loratu aurretik. Gizakia arima bat da, ez erakunde bat; bere barne-erreformek bakarrik eman diezaiekete iraunkortasuna kanpokoei. Balio espiritualetan eta autoerrealizazioan arreta jarritz, munduko anaitasuna erakusten duen kolonia batek bibrazio inspiratzaileak bere kokapenetik haratago bidaltzeko ahalmena du.

1945eko abuztuaren 15a, Bigarren Mundu Gerraren amaiera! Mundu baten amaiera; Aro Atomiko enigmatiko baten egunsentia! Ermitako bizilagunak areto nagusian bildu ziren esker oneko otoitz egiteko. "Aita Zerukoa, ez dadila berriro horrelakorik gertatu! Zure seme-alabak hemendik aurrera anai-arreba gisa joango dira!"

Gerra urteetako tentsioa joan zen; gure espirituak bakearen eguzkitan purrustaka zebiltzan. Pozik begiratu nien nire amerikar kide bakoitzari.

"Jauna," Ni pentsatu esker onez, "Zu presa emanda hau monje bat handi familia!"

.....

A txikia herri piztuta Kostaldea Autobidea 101, Encinitas da 100 milia hegoaldea -ren Los Angeles, eta 25 milia :48-1

:iparraldean -ren San Diego. 48-2: Guru Nanak-en abestiaren hitzak itzultzen ditut hemen

0 Jainkoa ederra! 0 Jainkoa

,ederra! Basoan, berde zaude

Mendian, goian zaude, hau ibaia,

Zu artea geldiezin, ozeanoan,

!hilobia zara

Hara hau zerbitzugarria, Zu artea

zerbitzua, maitalearentzat, zu zara

,maitasuna

,Hara hau triste, Zu artea sinpatia

!Hara hau yogia, Zu artea zoriona

0 Jainkoa ederra! 0 Jainkoa
ederra! Zure oinetan, makurtzen

!naiz



:Eranskina: egilea



Ziberespazioko Ashrama Kriya Yogarako,
Jainkoaren Yogarako, Jainkozko Maitasunerako
eta Jainkoaren errealizaziorako



Yogi baten autobiografia" hau sortu da 1946ko" jatorrizko testuak - lehen edizioa. 1946ko lehen edizioaren copyrighta iraungi da AEBetan eta liburu inspiratzaile hau orain domeinu publikoa da .eta mundu osoarentzat eskuragarri dago doan



PDF formatuko eBook bertsioa sortu da Acrobat 7.0 Professional erabiliz eta aurkezten zaizu [Ziberespazioko Ashramaren](#) eskutik - Maitasunaren irakaspen osoa barne hau zehatza hasiera ra hau santu Kriya Yogaren zientzia doan eskuragarri dago online [www. helbidean. kriyayoga.com](http://www.helbidean.kriyayoga.com) . Ziberespazioko Ashrama 1997an sortu zen, maitasunaren jatorrizko irakaspenak mundu osora eramateko helburu bakarrarekin, Kriya Yogaren zientzia santuaren hastapen osoa .eta zehatza barne



Nire aitaren maitasunak eta zoriontasunak goraipatu eta zure gogo, pentsamenduak eta bihotza garbitu zaitzatela maitasunerako bidea errazteko. etxera. Maitasuna da hau giltza ra Jainkoa - Maitasuna da Jainkoak eskaintzen dizun guztia - maitasuna jasotzeko maitasuna eman behar duzu - maitasuna baino ez



Ziberespazioko Ashramaren atal nagusi batzuen ikuspegi orokorra

- 
1. Hara Kriya Yoga praktikatzen hasi - Ziurtatu [Ziberespazioan argitaratutako](#) ehunka orrialdeak benetan irakurri dituzula
- 

Ashrama **atal guztiak barne:**

2. Piztuta zure hegoak -ren maitasuna - piztuta zure bidea
ra Jainkoa

- 
3. [Espirituala Mikroletrak](#)
 4. [Espirituala Buletinak](#)
 5. [Maiz egiten diren galderak](#)
 6. [-rekin Maitasuna -tik Jainkoa ra zu](#)
 7. Noiz Ziberespazioko Ashramaren am
fitxategi eta atal guztiak irakurtzen - une
egokian aurkituko duzu benetako diksha-
orria -rekin guztiak beharrezkoa
xehetasunak hau teknikak -ren -garren
santu zientzia -ren Kriya Yoga. Prest egon
dena irakurtzeko, dena ulertu arte aztertzeko
eta, azkenean, maitasunaren irakaspenak
zure eguneroko bizitzako alderdi guztietan
praktikatzeko, zure Kriya Yoga praktikan
arrakasta lortzeko. Kriya Yoga
Jainkoarengana eramateko ibilgailua da -
maitasuna zure maitasun bideko erregaia da.

Maitasun eta

zoriontasunarekin,

hans

[Jainkoa Maitasuna da](#) | [Maitasuna](#) |
[Maitasunaren irakaspenak](#) | [Jainkoarena](#)
[Maitasunaren semea](#) | [Maitasunaren](#)
[ikasgaiak](#) | [Ikasi " Ni " esaten maite zaitut"](#) |
[Ikasi maitasuna onartzen"](#) | [Maitasun](#)
[probak eta Maitasun iritzia](#) | [Foro Espirituala](#)
[- Irtenbideak Maitasuna](#) | ["Maite zaitut"](#)
[esateko maitasun txartelak](#)

Jakinduriaren Altxorra

Paramhansa Yogananda **Artikulu espiritualak**



Gizon jakintsu baten bizitzako zertzeladak

Shri Daya Matak idatzia, Autoezagutza Elkarteko

presidente ohia

Paramhansa Yogananda irakaslearen irakaspenak

grabatu eta belaunaldiz belaunaldi gorde zituen

Paramhansa Yogananda lehen aldiz ikusi nuenean, Salt

Lake Cityn, 1931n, entzule handi eta harritu baten aurrean

.hitzaldi bat ematen ari zen

Jendez gainezka zegoen aretoaren atzeko izkinan zutik,

inguruko guztiaz ez nengoen ohartu gabe, hizlariak eta

.haren hitzez izan ezik

Nire izate osoa nire ariman isurtzen zen jainkoak

jakindurian eta maitasunean murgilduta zegoen, nire bihotza

eta adimena betez. Pentsatu nezakeen guztia hau zen:

"Pertsona honek Jainkoa maite du, nik beti maitatu nahi izan

dudan bezala. Jainkoa ezagutzen du, eta horixe jarraituko

.dut". Eta horixe egin dut une hartatik aurrera

Paramhansa irakasle agurgarriarekin eman nituen lehen

urte haietan haren hitzen botere espiritual loriatsua

sentitzen nuenean, premiazko sentimendu sendo bat sortu

zitzaidan barruan haren esaera jakintsuak mundu

osoarentzat eta belaunaldi guztientzat grabatu eta

.gordetzeko

Zorionez, Paramahansa maisuarekin urte askotan

izandako harremanean, haren hitzaldiak eta aholku

pertsonalak grabatu nituen: jakinduria harrigarri eta

.jainkoak maitasun paregabeko altxor handi eta ugaria

Aingeru-irakaslearen inspirazioa ugaria zen, bere

etengabeko hizkeran islatuta; askotan minutu batzuk

etengabe hitz egiten zuen etengabe, edo batzuetan

.ordubetez

Entzuleak harriduraz eta liluratuta eserita zeuden

bitartean, nire boligrafoa abiadura izugarrian mugitzen zen!

Bere hitzak takigrafia erabiliz transkribatzen nituen

bitartean, bedeinkapen paregabe bat jaitsi izan balitz bezala

sentitu nuen, irakaslearen ahotsa berehala orrialdeetako
.takigrafia-sinboloetan bihurtuz

Ohiko idazkerara transkribatzea betebegar sakratua eta
ekintza bedeinkatua izan zen —eta izaten jarraitzen du—
gaur egun arte. Denbora guzti honen ondoren ere —nire
behaketa batzuk berrogei urte baino gehiago atzeragokoak
dira—, transkribatzen hasten naizenean, mirari baten
moduan fresko aurkitzen dut nire gogoan, atzo idatzi izan
balitz bezala, aingeru Maisuaren ahotsaren tonu bereizgarria
entzun dezakedan punturaino —esaldi bakoitzean—, nire
.arimaren sakonenean txokoetan

Irakasleak gutxitan prestatzen zituen bere hitzaldiak,
batere ez. Prestatzen bazituen ere, agian datu batzuk azkar
eta labur idaztea izango zen helburua. Tenplurako bidean,
:autoan geundela, gutako bati galdetzen zion

Zein da nire hitzaldiaren gaia gaur?» Gai horretan »
zentratzen zen eta hitzaldia modu espontaneoan ematen
.zuen, jainkoen inspirazioaren barne-iturri batetik abiatuta
Irakaslearen hitzaldien gaiak aldeztu aurretik iragartzen
ziren tenpluetan, baina batzuetan bere burua guztiz
bestelako arlo batean aritzen zen lanean hitz egiten hasten
.zenean

Eguneko gaia edozein zela ere, irakasleak une hartan
bere kontzientzia okupatzen zuten egiak esaten zituen, bere
esperientzia espiritualetik eta ulermen intuitibo eta ziurretik
etengabeko jarioan ezagutza baliotsua isuriz. Ia beti,
sermoiaren amaieran, hainbat pertsona hurbiltzen ziren
haiek kezkatzen zituen gai bati buruz emandako
argitasunagatik esker ona adieraztera, edo agian bereziki
.interesatzen zitzaizen ideia filosofiko baten azalpenagatik
Batzuetan, hitzaldia ematen ari zela, irakaslearen
kontzientzia hain gora igotzen zen, ezen une batez entzuleak
ahaztu eta zuzenean Jainkoarekin komunikatzen zen. Bere
izate osoa poz beteta eta jainkoen maitasunez gainezka
.zegoen

Kontzientzia altuagoko egoera horietan, bere
kontzientzia jainkozko kontzientziarekin harmonia
perfektuan zegoen, beraz, egia bere baitan hautematen
.zuen eta bizi eta ikusi zuena deskribatzen zuen
Paramhansa Yoganandaren presentzia distiratsuak
beste batzuk beldurtu zitzakeen, baina haren berotasunak,
itxurakeria xumeak eta apaltasun lasaiak berehala txertatu
zuten bakea eta lasaitasuna bertaratutako guztiengan.
Pertsona bakoitzak sentitu zuen maisuaren hitzak
.pertsonalki berari zuzenduta zeudela
Umorea eta espiritu alaia irakaslearen nortasunaren
ezaugarri maitagarriak ziren. Esaldi arretaz aukeratutako
batekin, keinu esanguratsu batekin edo aurpegi-adierazpen
xarmagarri batekin, erantzun atsegina eta barre algar
bizia eragiteko gai zen une aproposa puntu jakin bat
argitzeko edo entzuleak lasaitzeko gai zehatz bati edo gai
sakon eta sotil bati buruz arreta luze eta intentsoa eman
.ondoren

Pertsona batek ezin ditu liburu batean erregistratu
propietate bereziak Paramhansa Yoganandaren izaera
orokorra distiratsua, bizia eta maitekorra da. Hala ere,
itzulpen labur hau eskaintzean dudatan itxaropen xumea da
irakurlearen irakaspenen gozamina eta estimua areagotuko
.dituen ikuspegi pertsonal bat ematea

Nire aingeru-irakaslea Jainkozko Presentziarekin
harmonia perfektuan eta bat etorri sakratuan ikusi ondoren,
eta bere espiritu aberats eta emankorraren egia ugariak eta
bihotzeko isurketa entzun ondoren; bere irakaspen handiak
belaunaldi guztientzat grabatu ondoren; eta orain irakurleen
eskuetan jarri ondoren, ezin dut saihestu hau esatea: Ai, nire
!poza handia

Jainko Ahalguztidunari eskatzen diot irakaslearen hitz
nobleek Jainkoarenganako fede sendoaren eta Harekiko
jainkozko maitasunaren ateak ireki ditzatela nahi dutenen
.bihotzetan

Berraragitzearen teoria zientifikoki frogatu daiteke

Pertsona batek unibertsoan Jainko justu batengan sinesten badu, berraragitzearen ideia errazago onartzen da, bi kontzeptuak elkarren mendekoak baitira. Baina zer gertatzen da eszeptikoekin eta ateoekin? Berraragitzearrealitatea zientifikoki frogatu al daiteke haien gogobetetzerako? Eta berraragitzearen teoria analisi zientifiko zorrotz baten menpe jar al daiteke, ez bakarrik itxaropena eskaintzeko, baita bere egiaren froga emateko ?ere

Zientzialari materialistek diote oraindik ez dutela Jainkoaren existentziaren benetako frogarik aurkitu, eta, beraz, ezin dutela eman Jainkoaren lege justuaren existentziaren frogarik, zeinak gizaki guztiei enkarnaziora itzuliz eboluzionatzeko eta aurrera egiteko aukera berdinak .ematen dizkien

Haur errugabeen sufrimendua, injustizia eta bizitzaren bidegabekeria, zientzialari horientzat, gai lauso eta azaldu ezinak dira, sortzaile justu baten falta adierazten .dutenak

Bestalde, Jainko justu eta bidezko batengan sinesten duten gehienek beren ustea sinesmenean soilik oinarritzen dute, eta ez dute inolako frogarik eskaintzen ez dietenei. Askotan zalantzan jartzen dute beren fedea aztertzea edo zalantzan jartzea, galtzeko edo gizarte-istiluak sortzeko beldurrez. Beste era batera esanda , ez dakite beren

sinesmena balioztatuko lukeen lege zientifiko edo
.espiritualik

Baina zergatik ez zaio lege espiritualari ikerketa zorrotz
bera egiten zientzialariek fenomeno naturalak argitzeko
erabiltzen dituzten metodo esperimentalei bezala? Galdera
hau duela mende batzuk egin zuten Indiako jakintsu
espiritualek, eta borondatez erantzun zioten. Haien
esperimentuek edonork erabil ditzakeen metodo zientifikoak
eman zituzten lege espiritualak argitzeko, eta, horrela,
.erreinkarnazioa eta egia kosmiko guztiak ulertzeko
Froga-bideak dauden bitartean, inork ez du eskubiderik
esateko enkarnaziora itzultzea eta beste lege espiritual
batzuk okerrak direla, metodoak probatu eta gertaerak bere
.begiekin ikusi ez baditu behintzat
Naturalista eszeptikoak bere iritzia adierazteko
eskubidea du, baina iritzia besterik ez da izaten, ez egitate
.bat

Zientzia naturalen arloan, prozedura espezifikokoak
jarraitu behar dira ikertzen ari den edozein teoria frogatzeko.
Mikrobioak begi hutsez ikusezinak dira, beraz, mikroskopia
bat beharrezkoa da horiek behatzeko. Norbaitek mikroskopia
batetik begiratzeari uko egiten badio, ezin da esan
mikrobioen existentziaren teoria aztertu eta egiaztatu
duenik. Ondorioz, haien iritzia ez du pisurik, teoriaren
baliozkotasuna frogatzeko gomendatutako arauak jarraitu ez
.dituztelako

Gauza bera gertatzen da espiritualitatearekin. Metodoak
asmatu dira, arauak ezarri dira eta emaitzak esperimentatu
nahi duen edonori aurkeztu zaizkio. Mendebaldeko
munduan, ordea, lege espiritualak aztertzeko metodo
zientifikorik ezak asko gutxitu du erlijioaren balioa giza
bizitzan funtsezko indar gisa. Doktrina espiritualak onartzen
edo baztertzen dira banakako sinesmenen arabera,
azterketa sakonaren eta ikerketa espiritual sistematikoaren
.emaitza definitibotzat hartu beharrean

Nola aurkitu zituzten antzinako Indiako jakintsuek lege kosmiko aldaezin hauek? Giza bizitzari eta pentsamenduari buruzko esperimentuak eginez, beren ermitetako laborategietan. Gauza naturalen izaera ulertzeko, material naturalekin esperimentatu behar dugu. Era berean, berraragitzeari buruzko egia aurkitzeko, edo arima beraren transmigrazioari buruzkoa hainbat gorputzetan zehar, beharrezkoa da giza kontzientziari buruzko esperimentuak .egitea

Antzinako jakintsu hauek aurkitu zuten gizakiaren nia aldatu gabe mantentzen dela pertsona baten bizitza osoan zehar, esna, ametsetan eta ametsik gabeko loaldian pentsamenduan izandako hainbat esperientzia eta gorabehera izan arren. Aurkitu zuten zentzumen-inpresioak, ingurunea, pentsamenduak eta egoera fisikoak aldatzen direla, baina niaren zentzua, edo egoa, erabat aldatu gabe .mantentzen dela jaiotzetik heriotzara

Indiako zientzialari esperimentalek baieztatu dute norbere buruarengan arretaz zentratuz, haren jarraipen jarraitua, kontzientea eta independentea eginez, esna-egoeren, ametsen eta ametsik gabeko loaren gorabeherak alde batera utzita, pertsona batek norberaren izaera .konstantea eta betierekoa konturatu daitekeela

Pertsona bat askotan egoera horietako baten kontziente da. Esna dagoenean kontzienteki kontziente da, eta batzuetan amets egoeraren kontziente ere izan daiteke. Ez da arraroa amets egiten ari zarela sentitzea amets egiten .duzun bitartean

Metodo eta praktika batzuen bidez, pertsona batek goian aipatutako egoera bakoitzaren kontzientzia mantendu dezake. Laugarren egoera ere lor dezake: goi- .kontzientziaren egoera bedeinkatua

Loaldian, nahi gabeko erlaxazioa gertatzen da nerbio eta zentzumenen jarduera desagertzen den heinean. Praktikarekin, erlaxazio hau eragin daiteke esna zaudenean

eta ahalegin kontzientearen bidez. Lo sakonean edo heriotzan, erlaxazio osoa gertatzen da bizi-energia bihotzetik eta bizkarrezur-muinetik erretiratzen denean. Meditazio sakonaren bidez, erlaxazio oso hau kontzienteki eragin daiteke esna zaudenean. Beste era batera esanda, gorputz-funtzio nahi gabeko guztiak kontzienteki eta nahita kontrola .daitezke ariketa espezifiko bidez

Antzinako Indiako jakintsuek ondorioztatu zuten heriotza

giza gorputzaren lanparatik bizi-indarra kentzea dela, nerbioak, zentzumenak eta bizi-energiaren kanal ugari barne. Bonbilla hautsi batetik kentzen denean elektrizitatea ez den bezala hiltzen, bizi-indarra ere ez da desagertzen nahi gabeko nerbioetatik kentzen denean. Ezinezkoa da energia suntsitzea. Gorputzetik erretiratzen da heriotzan eta .energia kosmikora itzultzen da

Loaldian, zentzumen-adimenak funtzionatzeari uzten dio, nerbioetako korrante elektrikoa aldi baterako kentzen baita. Heriotzean, giza kontzientziak erabat uzten dio gorputzaren bidez adierazteari, eta orduan beso paralizatu baten antza du; jabeak bere presentziaz jabetzen da, baina ezin du kontrolatu edo horren arabera jardun. Erregistro medikoek deskribatzen dute koman sartu eta ingurukoak bere itxurazko heriotza deitoratzen entzun zituen apaiz baten kasua, baina ezin izan zituen bere sentimenduak adierazi bere gorputz-funtzioen bidez. Bere mekanismo fisikoak bat-batean gelditu ziren eta ez zuten bere agindu mentalei erantzuten. Hogeita lau ordu egoera horretan eman ondoren, eta lurperatzera eramatekotan zegoela, ahalegin handia egin eta mugitzea lortu zuen. Gertakari honek norberaren sentimenduaren iraunkortasuna erakusten du, .gorputza bizigabea dirudienean ere

Jakintsuek diote kontzienteki jarduera eta kontzientzia gorputzetik bereizi behar direla, loaren egoera kontzienteki behatu eta bihotz eta bizkarrezurreko zentroetatik jarduera kontzientea borondatez erretiratzea praktikatu behar dela.

Horrela, heriotzak inkontzienteki eta nahi gabe ezarriko
.diona kontzienteki onartzen ikasten da
Bizi-energia gorputzean sartzen da muina oblongatetik
eta garuneko erreseban gordetzen da. Ondoren,
bizkarrezurrean dauden beste bost bizitza eta kontzientzia
guneetara jaisten da, eta handik zentzumen-organoetara eta
.gorputzeko gainerako ataletara banatzen da
Heriotzan, energia bizia erabat eta behin betiko
bizkarrezurrera erretiratzen da eta gorputza muin-hezur
luzearen bidez uzten du. Yogi trebe batek, borondatearen
eta kontzientziaren bidez, energia bizia gorputzetik eta
zentzumenetatik bizkarrezurrera erretiratu eta pertzepzio
sokratuaren zentro gorenetara bidali dezake, non "hilda"
egotearen poza bizi duten, hau da, kontzientzia fisiko
mugatuarekiko atxikimendutik sortzen diren ilusio
.sentsorialetatik askatuta
Frantziako eta beste Europako mediku batzuen
erregistroetan badago kasu dokumentatu bat Sadhu Haridas
izeneko gizon bati buruz, Rajneet Singh Indiako
enperadorearen gortean. Kasu honek erakusten du Sadhu
Haridas gai izan zela bere jardura bizia eta kontzientzia
bere gorputzetik bereizteko, eta gero berriro konektatzeko
hilabete batzuk igaro ondoren. Bere gorpua lur azpian
lurperatu zuten, eta eremua etengabeko zaintzapean egon
zen hainbat hilabetez. Aldi horren amaieran, bere gorpua
lurpetik atera eta Europako medikuek aztertu zuten, eta
hilda deklaratu zuten. Hala ere, adierazpen honen ondoren
minutu batzuk igaro ondoren, begiak ireki eta bere
gorputzeko funtzio guztien kontrola berreskuratu zuen, eta
urte askotan bizi izan zen. Praktikaren bidez ikasi zuen nola
kontrolatu bere gorputzaren eta gogoaren funtzio
nahigabeko guztiak. Jakintsu espirituala zen, jakintsuek
gomendatutako esperimentu espiritualak egin zituen lege
kosmikoaren benetako izaera ulertzeko. Ondorioz,
heriotzaren ondoren gizakiaren existentziaren jarraitutasuna

eta arima hilezkorren esentziaren iraungitze-ezintasuna
.frogatu ahal izan zuen

Berraragitzearen egia zientifikoa beren buruari frogatu
nahi diotenek lehenik heriotzaren ondoren kontzientziaren
jarraitutasuna frogatu behar dute gorputza arimatik
kontzienteki bereiziz. Horretarako, duela mende batzuk
Indiako jakintsu espiritualek ezarritako arauak jarraitu
daitezke. Pertsona batek loaldian esna egoten ikasten
duenean, nahi duenean ametsak eragiten dituenean eta bost
zentzumenak kontzienteki bereizten dituenean —ez pasiboki,
loaldian gertatzen den bezala— eta bihotzaren funtzioa
kontrolatzen ikasten duenean, orduan heriotza kontziente
edo gorputzaren inkontziente egoera bat (ez inkontziente
.egoera bat) bizi ahal izango du

Gure jakintsuek diote norbera bere buruaren kontziente
dela haurtzaroaren, gaztaroaren eta zahartzaroaren etapa
guztietan. Gorputzutako arima etengabe jabetzen da
pertsona batek bizi dituen egoera guztien inguruan, besteak
beste, heriotzaren ondoren beste gorputz bat jasotzea eta
mundu fisikoaren eta eterikoaren artean mugitzea. Egia hau
.ukaezina da zientzia espiritualean adituak direnentzat

Goian aipatutako lau egoeretara daramaten metodoak
praktikatuz, norbera bere existentzia egoeretan jarrai
dezakegu. Kontzienteki jarrai dezakegu heriotzan, espazio
kosmikoan noraezean eta gorputz berri batean bizitzara
.itzultzean

Gauza hauek irakasten ez zaizkienak ezin dute
kontzientzia mantendu lo handiagoan zehar: heriotzan.
Beraz, ezin dute gogoratu bizi izan duten aurreko egoerarik,
.ezta bizitza bakarrean zehar "lo sakon" izandako aldiak ere

Lege horiek probatu eta frogatu zituzten antzinako
Indiako jakintsuen metodoak hartuz, eta munduari ezagutza
preziatu eta egiaztagarria eman ziotenez, berraragitzearen
eta beste egia betiereko guztien egia zientifikoa ikas
.daiteke

.Arimaren irribarrea

Benetako irribarrea zoriontasun espiritualaren irribarrea da, hausnarketatik, Jainkoarenganako hausnarketatik eta haren presentzia sentitzetik sortua. Nire irribarrea barneko poz sakon batetik sortzen da, guztion eskura dagoen poz batetik. Loratzen ari den arrosa baten bihotzetik ateratzen den usainaren antzekoa da. Poztasun handi honek besteak gonbidatzen ditu zoriontasunaren ur sakratuetan .murgiltzera

Pertsona arruntak ezagutzen dituen lau egoera daude: zoriona desio bat betetzean, zoritxarra ukatzean, asperdura ez zoriontsu ez deprimituta ez dagoenean, eta bakea emozio horiek edo plazer, min eta asperdura egoera psikologikoak .gainditzean

Bakea oso egoera desiragarria da, atsekabearen eta plazerraren gabeziaren eta asperduraren ezaren ondoriozkoa. Egoera hauek etengabe uhintzen dira arimaren gainazalean. Minaren eta plazerraren olatu nahasietan ibili ondoren, nekearen sakonean behin eta berriz murgildu ondoren, bakearen itsaso barean flotatzean poza dago.

Baina bakea baino handiagoa da estasi espirituala — arimaren zoriona—, zoriontasun gorena. Inoiz desagertzen ez den baina arimarekin betiko irauten duen poza da. Poztasun goren hau jainkozko presentziaren kontzientziaren .bidez bakarrik lor daiteke

Ilargiaren argitan ur ontzi bat jartzen baduzu eta gero nahasten baduzu, ilargiaren irudi desitxuratua sortuko duzu.

Ura ontzian gelditzen denean, isla garbi bihurtzen da. Ontziko ura geldirik dagoen eta ilargiaren aurpegia argi islatzen duen uneak bake kontenplatibo egoera batekin eta lasaitasun sakoneko egoera batekin konpara daitezke.

Kontenplazioaren bakean, sentsazio eta pentsamendu uhin guztiak gogotik isurtzeari uzten diote. Eta bake egoera sakonago honetan, pertsona kontenplatiboak, lasaitasun horretan, jainkozko presentziaren ilbetea ikusten du .arimaren lakuan islatuta

Bakea egoera pasiboa da, plazer, min eta axolagabekeria olatuen gabezia izanik. Horrela, meditatzailea, denbora gutxian, emozioen olatuak berriro bizitzera erakartzen da. Baina meditazio bakea zenbat eta sakonagoa izan, orduan eta gehiago bihurtzen da lasaitasun espiritual eta, ondorioz, zoriontasun positibo, meditatzaileak etengabe berritzen den eta guztiz asebetetzen den poza bizi .dezan

Lo egiten duzunean, pentsamenduak eta sentimenduak pasiboki isilarazten dituzu. Baina meditazioaren bidez pentsamenduak eta sentimenduak kontzienteki isilarazten dituzunean, lehenengo bizitzen duzuna bake egoera bat da, eta zure aurpegiko muskuluek naturalki barne bakea islatzen duen irribarre bat osatzen dute. Baina bake egoera honetatik haratago begiratu behar duzu zure arimaren garbitasuna hautemateko: estimulu sentsorialek edo zentzumenekin lotutako pentsamenduekiko erreakzio automatikoek kutsatu gabeko garbitasuna. Orduan bizitzen duzun egoera betiko .zoriontasun berritzailea da

Profetek eta santuek poz hau dute etengabe bihotzean.

Segurtasun eta lasaitasun bedeinkatua sentitzen dute, haserrearen ekaitzen aurrean astintzeke eta garaitu gabe daude, eta kezkek eta beldurrek ez dituzte ukitzen.

Arrazoiaren edo ikuspegiaren bisturia erabiliz, beren pentsamenduak edo besteak aztertu ditzakete gogoaren ebakuntza-mahaian, lasaitasuna eta lasaitasuna mantenduz. Zoriontasun-egoera honetan, tristura guztia desagertzen da,

eta bereizketa espirituala sortzen da bilatzaile zoriontsuaren
.izatean, Jainkoarekiko lotura sendotuz

Irribarre gehienak adeitasun ekintzetatik, edo
laguntasun, maitasun, samurtasun edo erruki
sentimenduetatik sortzen dira. Baina irribarre egiteko
modurik zoragarriena bihotza Jainkoaren maitasunez beteta
dagoenean da. Orduan, denak maitatzeko gai izango da eta
etengabe irribarre egiteko gai izango da. Beste irribarre
mota guztiak iheskorrak dira, emozioak, onak izan arren,
dardarka, desagertzen eta gero hiltzen baitira. Irauten duen
gauza bakarra Jainkoaren poza da. Poztasun hori duzunean,
etengabe irribarre egin dezakezu; bestela, ezingo duzu
maitasunik sentitu zure adeitasunari zakarkeriaz erantzuten
.dion norbaitekiko

Ezagutzen dut gizon bat bere emaztea hil zenean
atsekabe handia erakutsi zuena. Bere emozio azaleko eta
itxuratuak aztertu nituen eta esan nion: "Hilabete barru
berriro ezkonduko zara". Haserretu egin zen eta ez ninduen
berriro ikusi nahi izan, baina emaztea hil eta hilabetera
berriro ezkondu zen. Uste zuen bere lehen emaztearekiko
!maitasuna izugarria zela, baina oso azkar ahaztu zuen

Ez dut inoiz ahaztuko nire irakaslearengandik, Sri
Yuktswarjirengandik, istorio txiki hau kontatu zidanean ikasi
:nuen ikasgai bikaina

Mutil gaztea nintzela, bizilagunen txakur txiki eta itsusi"
bat edukitzeko ideiarekin obsesionatu nintzen, eta asteetan
zehar istiluak sortu nituen etxean txakur hori lortzeko.
Temati uko egin nien maskota ederragoen eskaintza guztiei,
."txakur hori bakarrik nahi nuen, eta ez beste ezer

Atxikimendu berak harrapatzen ditu pertsonak liluratzen
den horretan. Maitaleek hain erakarpen magnetikoa
sentitzen dute aurpegi jakin batera, ezen ezin baitute beste

inon kontsolamendurik aurkitu. Baina besteengan bilatu beharko genukeen edertasuna ekintza nobleen, izaera bertutetsuaren eta joera espiritualen edertasuna da, ez .edertasun fisikoa

Zure arima poz beteta dagoenean, erakargarri bihurtzen zara. Ez dut ezer maite irribarre benetako eta xaloa baino, hori gabe jendea ez baita txotxongiloetatik desberdina. Gaur betiko maite izango zaituztela diote, eta bihar lurperatuta daude. Beraz, non dago haien maitasun handia? Eta non dago ziurtasun absolutu hori: "Zu zara nire bizitza, eta betiko"?maite izango zaitut

Baina Jainkoari behin bakarrik esaten uzten badiozu "maite zaitut", maitasun hori benetan betikoa izango da. Zergatik galdu denbora giza maitasunaren apurrak, diru-eskukada bat edo hau edo hura bilatzen, Jainkoarengan dena aurki dezakezunean: munduko maitasun guztia, dagoen botere guztia? Ez genuke Jainkoa bilatu behar botere-goseagatik, maitasun-desiragatik baizik. Orduan aurkituko dugu altxorrik handiena. Eta Jainkoa maitasun sakon eta bihotzeko batez maite dugunean, erantzungo digu, eta bere .maitasuna gure bihotzetan taupaka sentituko dugu

Bilatzaileak maiz mediatu beharko luke, Jainkoa kontenplatzeak bizitza gozotzen baitu Meditazioa askoz handiagoa da dirua, maitasun gizatiarra edo burura etor daitekeen beste edozer bilatzen ordu amaigabeak baino Zenbat eta gehiago mediatu, eta zenbat eta gehiago mantendu adimena egoera espiritual batean lanean ari den bitartean, orduan eta gaiago bihurtzen da irribarre egiteko Erreinu horretan nago orain eta beti, Jainkoaren kontzientzia bedeinkatuan Ezerk ez dit eragiten Bakarrik edo besteekin izan, Jainkoaren poza beti taupadaka ari da nire baitan Nire irribarrea mantentzea lortu dut Baina irribarre hori irabaztea lan gogorra izan da! Irribarre berberak zure baitan ere

badaude: arimaren poza eta zoriontasun bera zure baitan
bizi dira Ez dituzu eskuratu behar, berreskuratu besterik ez
Zentzumenekin auto-gratifikazioaren bidez galdu zenituen
aldi baterako, eta berreskura ditzakezu

Ikusmenaren, entzumenaren, dastamenaren,
usaimenaren eta ukimenaren bidez goza daitezkeen gauza
fisikoek poz hutsa ekartzen dutela uste duen edonor oso
oker dago. Zentzumenek ez dute zoriontasunik ematen;
aitzitik, kentzen digute. Zure zoriontasunari baldintzak
ezartzen dizkiozunean, esaterako, "Ezin naiz zoriontsu izan
aurpegi hori ikusi arte", ez duzu inoiz poz hutsa eta
nahastezina dastatuko, zentzumenen plazerrak laburrak
baitira. Egunek eta urteek edertasun fisikoa kaltetzen dute.

Mundu materialeko guztia aldaketaren legearen menpe
dago. Beraz, pertsona batek munduko aurpegi eder guztiak
ikusi, soinu guztiak entzun eta nahi duen guztia ukitu ahal
izango balu ere, ez luke benetako zoriontasuna aurkituko.

Hala ere, zoriontsu direla pentsatuz engaina daitezke.
Batzuetan, zerbait lortzeko ahalegin handia egin ondoren,
gauza horretan bertan ez dagoela zoriontasunik aurkitzen
dute. Hala ere, egindako ahaleginetik nolabaiteko
gogobetetasuna lortzen dute, eta, beraz, zoriontsu direla
uste dute. Baina gogobetetasun mota hau aldi baterakoa eta
.laburra da

Beraz, alferrikakoa da zentzumenetan zoriona bilatzea.
Poztasun espirituala hitzez eta aurpegiko keinuez aurkitu eta
adierazi behar da. Pertsona batek hori egiten duenean,
irribarre txiki batek ere inguruko guztiak bere magnetismo
bedeinkatuaz inguratuko ditu, eta besteak zoriontsu
.sentituko dira

Baina Jainkoak bakarrik alda ditzake bihotzak Ez diogu
geure buruari on egiteko gaitasuna egotzi behar Jainkoa da
existitzen den on-egile bakarra Mundu hau Berea da Bere

presentzia sentitzen baduzu eta konturatzen bazara dena kontrolatzen duela, eta dena berari uzten badiozu —egintza onak eta baita txarrak ere—, harrituta geratuko zara zure .ekintza guztiak ekintza on bihurtuko direla ikustean

Jainkoaren kontzientzia zurekin dagoenean, ez zara gai izango Berari atsegin ez dion ezer egiteko. Gure bizitzak Berari eskaini behar dizkiogu eta aitortu Jainkoa dela pentsamendu nobleak inspiratzen eta ekintza onak egitera motibatzen gaituena. "Ego" hori ezabatu behar dugu, hau baita ezagutza askatzaile honetarako oztopo handiena. Pertsona batek ezingo luke eskua altxatu Jainkoak bere muinean biziaren txinparta txikia itzaliko balu! [Bizi-indarra .gorputzean sartzen den puntu nagusia]

Behin kanpoan eserita nengoen, eta oso hotz zegoen.

Nire kontzientzia barrurantz jarri nuen, eta begi keinu batean, ezin nuen gehiago hotza sentitu. Poztasun izugarri batez bete nintzen, eta noizean behin, nire gorputza eta inguruko guztia argi bakar batean desegiten ikusten nuen. Inguruko formak ikus nitzakeen haiei arreta jartzen banien, eta mundua desagertuko zen argiari arreta jartzen banion.

Ezer ezin da ikusi kontzientziarik gabe. Zure gogoaren kontrol osoa baduzu eta barrura begiratzen baduzu, zeure buruari, jainkozko argi handi hori ikusiko duzu, begiak irekita .egon arren

Begirada kanpora begiratzen duzunean, zure kontzientziak kanpoko mundua hautematen du. Existitzen den guztia Jainkoaren film kosmikoan mugitzen ari den irudi bat da. Egun hartan, nire kontzientziarentzat ametsak ziren sentazioak eta pentsamenduak ikusteko gai izan nintzen, Jainkoagandik irteten zirenak. Poztasun hutsa sentitzeko gai izan nintzen inolako sentenziorik gabe nire kontzientzia barrurantz begiratzeari. Hotz ikaragarri horretan eserita nengoen arren, arropa arinak soilik jantzita, hotza eta

ikuspegiak desagertzen sentitu nitzakeen, eta poza bakarrik hartzen zuen indarra. Geroago, sentsazio batzuk bizi izan .nituen poz handi hori bizitzen nuen bitartean

Jainkoa sentitzeko trebatu behar dugu geure burua. Ez genuke konformatu behar otoitz labur bat errezitatzearekin edo argi soil bat ikustearekin. Bere sexu-gogoak arrazoiz kontrolatu, zentzumenak neurri batean kudeatu eta Jainkoa bere indar guztiekin bilatu dezakeen edonork, zalantzarik gabe, jainkozko topaketa bat biziko du, horretarako desira badu. Pertsona bat moralaren defendatzaile handia bada ere eta joera eta jarrera espiritualak baditu ere, hori ez da .nahikoa benetako jainkozko pertzepziorik gabe

Pertsona batek ez luke bere burua engainatu behar. Esperientzia espirituala nahi badu, behar bezala meditatu eta Jainkoari esan beharko lioke: "Jauna, badakit nire ahuleziak, baina ez dira oztopo izango nire eta zure artean, zurekin egon nahi dut bakarrik, zuk sortu nauzulako eta nire ."lehen betebeharra zureganako delako

Jakintsuek bilatzaileari aholkatzen diote ez dezala bere burua bekataritzat hartu, ezta bere burua zuzentzat jo eta harroputz bihurtu ere, baizik eta konturatzea Jainkoa berarekin dagoela eta beraren bidez lanean ari dela. Orduan, mundu berri bat ikusiko du. Jainkozko kontzientziarik gabe, mundu hau gatazkaz, indarkeriaz eta etsipen mingots eta ikaragarritz beteta dagoela dirudi. Ez dago babeslekurik .jainkozko kontzientzia goren horretan izan ezik

Segundo bakarrean, Jainkoak heriotzaren bidez mundu hau utzi duen edonoren erreplika zehatza sor dezake. Egia hau aitortu behar dugu. Jainkoak ulertaraztea nahi du sorkuntza hau ikuskizun bat besterik ez dela. Ikuskizuna serioegi hartzen badugu, sufrituko dugu eta poza galduko dugu, eta ez dugu bizitza jasango bere gaixotasunekin, .minekin, atsekabeekin eta zamekin

Zerbaitek min fisikoa eragiten didanean, bekainen arteko foku espiritualean jartzen dut nire gogoa, eta ez dut batere minik sentitzen. Baina minaren iturrian zentratzen naizenean, ilusio gisa hautematen dut. Zure kontzientzia espirituala mantentzen baduzu, ez duzu sufrituko atsekabearen itzal ilusorioak zure arimaren aurretik igarotzen direnean. Otoitz egin etengabe Jainkoari, zure .baitako errealitate bakar eta alai gisa ager dadin

Jendeak denbora asko galtzen du, eta heriotzak banan-banan eramaten ditu. Bizitzaren helburua Jainkoa ezagutzea da, eta ez litzateke gorputz hau utzi behar helburu hori lortu .gabe

Jainkoak nahi du gure kontzientzia areagotzea eta mundu honetako dualtasunen gainetik altxatzea, baina ez dio gizakiari ilusioen babesleku hau betiko uzten utziko, bere .burua lizunkerien gaixotasunetik sendatzen ez bada

Jainkoaren izenean egin behar dugu egiten dugun guztia. Jainkoarentzat lan egitea meditazioa bezain .garrantzitsua da aurrerapen espirituala lortzeko

Gauetz, dizipuluak Jainkoaz meditatzen duenean, bere espiritua altxatzen da eta Haren zoriontasunean murgilduta sentitzen da. Egunez bere lana egiten duenean, egoera horren oroitzapena ekartzen du berarekin eta haren poza mantentzen du, horrela Jainkoarekin batasunean geratuz, eta beti irribarre egin eta esan ahal izango du: "Tristura apur batek edo plazer apur batek, edo bake apur batek, ezin du inolako nahasmendurik edo asaldurarik eragin nire arimaren ."

zoriontasun etengabe berritzailean

Bizitzaren ilusio engainagarriari iseka egin behar diegu eta etengabe aldatzen ari diren irudi kosmiko iragankorren segida gisa ikusi. Orduan bakarrik ihes egingo diogu ilusio kosmikoaren sorginkeriarri. Jainkoaren grazian bizi behar

dugu. Bizitzako gertaera anitzen artean tinko eta erabakitasunez eusten diegunean, konturatuko gara Jainkoa dela unibertsoa benetako errealitate bakarra. Jainkoak ez digu minik egin nahi, bere irudian sortu gaituelako. Gizaki ahul gisa pentsatzeari utzi eta gure baitan dagoen potentzial kosmiko izugarria aitortu behar dugu, askatzeko zain .dagoena

Pertsona bat minbiziaz edo beste edozein gaixotasunez sufritzen ari denean, ez da kontu makala. Hala ere, profetek eta santuek asko jasan zuten, gaixoak sendatuz eta batzuek hildakoak piztuz ere, eta haien jainkozko poza haiekin egon zen bizitza osoan. Era berean, Jainkoarengana itzuli behar dugu gure bihotzekin, gogoekin eta asmoekin. Baina ezingo dugu Harengana iritsi beste edozeren gainetik bera nahi .dugula baieztatzen ez badugu

Gizakiak ez luke Jainkoa zalantzan jarri behar, hala egiten badu, zalantzak baino ez baititu bilduko. Ezin izango ditu haren legeak ezagutu Harekin batu arte. Beraz, zergatik galdu denbora lege horiek ikuspegi arrazional hutsetik ?ulertzen saiatzen

Heroia gaizki tratatzen duten eta gaiztoa garaitzen duen eleberri bat irakurriko bazenu, eta non kapitulu bakoitzak aurrekoari kontraesanean egiten dion , egilearekin etsita eta haserre sentituko zinateke. Baina azken kapitulua irakurtzen duzunean, arinduta sentituko zinateke eta eleberri zoragarritzat hartuko zenuke, bere konplexutasunagatik eta trama korapilatsuagatik. Era berean, Jainkoa da existitzen den eleberririk handienaren egilea, eta sorkuntzaren kontraesanek eta konplexutasunek giza adimenik handiena ere nahastuko lukete. Baina azken kapituluan aurkitzen dugunean, giza bizitzaren misterio guztien irtenbideak agerian utziko ditu, eta ez dugu zalantzarik izango bere

justizia eta jakinduriaz, zuzenean erantzuna berarengandik
!jasotzen dugunean. Zein zoragarria den hori

Jainkozko presentziak zalantzak, atsekabeak eta
beldurrak uxatzen ditu Jainkoa bihotzean dutenak beldurrak
gainditzeko, beldurretatik ihesi eta ilusio kosmikoetatik
askatuz Orduan irribarre egingo dute eta esango dute:
"Azkenean, bizitzaren sekretua eta existentziaren misterioak
ezagutzen ditut" Baina ez dugu lehenik ezagutza bilatu
behar Lehenik Jainkoa maitatu behar dugu, eta gero jakin
nahi dugun guztia agerian utziko digu Hori gertatzen
denean, lagun, irribarre iraunkor bat egingo duzu Zure
pentsamenduak, hitzak, idatziak eta egiten duzun guztia
irribarre horren poza distiratsuz blaituko da Nonnahi
hausnartzen duzun, irribarre usain bat utziko duzu, eta leku
hori bisitatzen duten guztiek Jainkoarekin irribarre egingo
.dute

Beti irribarre egin dezakezu Bere zoriontasun
adieraztezinaren baitan bizi zarenean, sakratuegia baita
.horretaz hitz egiteko

Bakea izan bedi zurekin

Berekoikeria eta altruismoa

Norbanako batek besteei proiektatzen edo bidaltzen
diena —hitzez, ekintzez eta pentsamenduz— modu berean
eta maila berean erakarriko du beregana. Beren benetako
izaera aurpegiko keinuen eta ekintzen bidez agerian
geratuko da. Besteek beren bibrazio edo uhin psikologikoak
sentituko dituzte, eta horiei emango dizkieten erreakzioak

bibrazio horien izaeraren arabera izango dira —
.—negatiboak edo positiboak

Gaizto berekoikeriaren bidea hartzen duenari, besteek
duen guztia kentzen saiatuko dira, baina kontrakoa bada,
.besteek eskuzabaltasuna eta sinpatia erakutsiko diote

Ezin dugu dena eduki. Daukaguna Jainkoaren oparia da,
lurrean bizi garen bitartean aldi baterako erabiltzeko
pentsatua. Lehenago edo beranduago, gure ondasunekin
banandu beharko dugu, istripuen, lapurretaren, higaduraren
edo heriotzaren ondorioz. Beraz, zerbaiti helden edo eusten
saiatzen garenean jabetza lortzeko soilik, geure burua
.engainatzen ari gara

Hainbeste urtez bizi izan garen gorputz hauek ere
egunen batean utziko ditugu. Beraz, akatsa da geure burua
sinetsaraztea benetan eduki ezin daitezkeen gauzak
ditugula. Zerbait ematen digutenean, ulertu behar dugu
denbora mugatu baterako bakarrik dela gurea, eta prest
.egon behar dugu besteekin partekatze

Pertsona batek behar duena baino gehiago irrikatzen
duenean, arazo handiak ditu zain
Jainkoa maite duen pertsona apala denak baino
handiagoa da
Jainkoa ez dago ezkutatuta guregandik, loreen
bidez, gure pentsamenduen bidez eta sorkuntza
.osoaren bidez hitz egiten digu
Izatearen helburu bakarra gizakia bere misterioa
argitzera eta Jainkoa atzean duela konturatzerantz bultzatzea
.da

Beren baitan harmonia eta adostasuna sentitzen
dutenek naturan dagoen harmoniaz eta adostasunaz
.jabetzen dira

Zalantzarik gabe, oinarrizko beharrak izan behar ditugu,
hala nola janaria, arropa eta nolabaiteko finantza-
segurtasuna, baina gauza horien bilaketan beharrezkoak ez
diren beharrak kendu behar ditugu, eta horrekin esan nahi
dut beharrezkoa baino gehiago edukitzeko desira agerikoak
.eta gogo biziak

Gogoan izan behar dugu gure beharrak asetzeko
ahaleginean, besteei ere lagundu behar diegula haien
beharrekin eta irabazten duguna zorte gutxiago dutenekin
.partekatu behar dugula

Gogora dezagun munduko familia baten parte garela
eta ezin garela haiek gabe bizi. Nolakoa litzateke bizitza
arotzik, asmatzailerik edo nekazaririk gabe? Zerbitzuen eta
espezializazioen trukearen bidez, Jainkoak nahi du
besteengan pentsatzea, akats larria baita norberarentzat
.bakarrik bizitzea

Geure zoriontasunaz pentsatzen dugunean, besteen
zoriontasunaz ere pentsatu behar dugu Ez da beharrezkoa
dena uztea familia globalaren mesedetan, hori ezinezkoa
baita Baina besteekin enpatizatu eta haien beharrak kontuan
hartu behar ditugu, gure Jainkoak nahi baitu elkarri ematea
elkarrengandik jasotzen dugun adina Besteak gure buru
handiagoa dira Baina batez besteko pertsonak bere buruan
bakarrik pentsatzen du, lehenik eta behin

Zalantzarik gabe, biziraupenerako sena indartsua da.
Baina munduak areagotu egiten du gure baitan sentimendu
hau eta gurea den guztiari heltzeko beharra iradokitzen
digu. Hala ere, gogoratu behar dugu Jainkoaren zerbitzari
guztiak haren familia direla eta anai-arrebak garela lur
.honetan

Jainkoak gizateria arrazoimenaz eta pertzepzioaz hornitu
du, gosea eta hotza sentitzeko aukera emanaz. Onartu behar

dugu gure ingurukoek ere gosea eta hotza jasaten dituztela.
Geure erosotasuna bilatzen dugunean, besteei erosotasuna
aurkitzen laguntzen ere saiatu beharko genuke. Mina eta
sufrimendua gorroto ditugunez, laguntza eman beharko
genieke gure inguruko beharrean daudenei, haien
sufrimendua arintzeko eta haien miseria uxatzeko. Guk
bezala sufritzen dute, eta batzuek guk baino gehiago sufri
.dezakete

Pertsona baten sinpatia bere familia eta lagunetara
mugatzen bada eta ez beste inora, bere burua mugatzen du,
eta zoriontasuna bere bizitzatik ihes egiten du ustekabeko
.arazoez ordezkatzeko

Prest egon beharko genuke besteak laguntzeko gure
ahalmen guztian, eta aurkitzen ditugunei laguntza
eskaintzean poza aurkitu. Ez genuke hau sakrifiziotzat hartu
behar, hala egingo bagenu, laguntzea zama bihurtuko
litzatekeelako. Horren ordean, barne-pozaren sentitu beharko
genuke, ematea bedekatu baita, eta besteei laguntzen
saiatzen direnek, bai materialki bai emozionalki, eta bihotz
hautsiak sendatzen dituztenek ezagutzen duten plazer bat
.dute

Munduak bere berekoikeria gaiztoa utziko balu,
paradisua ikusiko genuke lur honetan

Gerraren haziak berekoikeria gaiztoaren bihotzean
daude Lehen gizakiek lehenik harrizko makilak erabili
zituzten, geroago arku eta gezi bihurtu zirenak, beren
berekoikeria besteen berekoikeriatik babesteko Geroago,
fusilak eta pistolak asmatu ziren, gero metrailadoreak, eta
ondoren bonbak eta gas pozoitsuak, guztiak pertsona talde
.baten berekoikeria beste baten berekoikeriatik babesteko

Berekoikeria gorrotagarri honen ondorioz, gerrak pizten
dira, oreka ekonomikoa hausten da, eta atzeraldia eta gero
.depresioa nagusitzen dira

Gizateriaren potentzial suntsitzailea bere potentzial
eraikitzailea baino gehiago hazi eta garatu da. Irakite gaizto
hau —berekoikeria gaiztoaren irakina— azkenean lehertuko
da. Baina, zoritxarrez, bizitza asko hilko dira gizateria esnatu
eta konturatu aurretik berekoikeria nazionalista ez dela
berekoikeria pertsonala bezain kaltegarria. Nazio bat
funtsean talde txikiz osatuta dago, eta talde horiek
.gizabanakoz osatuta daude; norberarekin hasi behar da

Herrialdeen arteko mugak ez dira finkoak, eta munduko
gobernuak etengabe aldatzen ari dira

Besteen eskubide eta zoriontasuna kontuan hartu gabe
zoriontasuna bilatzen duen berekoikeriak, edo besteen
eskubideak eta interesak bere helburuetarako zapaltzen
dituenak, pobrezia, miseria eta atsekabea sortzen ditu.
Besteen kontura aberastea akats larria da. Pertsona handiek
altruismoa defendatzen dute, partekatzeko eta emateko
.benetako nahi espiritualean oinarrituta

Komunismoak, kanpotik jendetzari ugaritasuna eta
oparotasuna agintzen dionak, ez du arrakastarik izango eta
egunen batean eroriko da, koakzioan eta askatasun
pertsonalen zapalkuntzan oinarritzen baita (Oharra: Hitzaldi
hau Paramhansa maisuak eman zuen 1937an eta ondorio
hori egia bihurtu da!)

Pertsona batek eskuetan eta oinetan bakarrik jartzen
badu arreta eta burua alde batera uzten badu, garunak ez
du funtzionatuko trebetasun motorrak gidatzeko. Gorputz-
funtzio guztiak koordinatu behar dira. Era berean, nazio eta
gizarteetako adimenak (erabakiak hartzen dituztenak)
eskuekin eta oinekin (langileekin) koordinatuta lan egin

behar dute, interesak talka egiten badute, ordena hautsi
egingo baita, kaosa nagusituko da eta sufrimendua sortuko
.baita

Bi irakasle daude munduan Jainkoa gidari eta tutoretzat
hartzen duenak ez du ezer beldurtzeko Satanas gidari eta
lidertzat hartzen duenak asko sufrituko du

Bizitza honetako jende gehienarentzat gako-hitza "ni"
da. Joera eta joera espiritualak dutenek besteengan
pentsatzen dute beren buruan pentsatzen duten
bezainbeste. Beren buruan bakarrik pentsatzen dutenek
ingurukoaren etsaitasuna eta haserrea ekartzen dituzte beren
gain. Baina besteen sentimenduak eta interesak kontuan
hartzen dituztenek ikusten dute besteek beren buruan
pentsatzen dutela eta haien sentimenduak kontuan hartzen
.dituztela

Herri batean ehun pertsona badaude, eta bakoitzak
besteengandik kentzen saiatzen bada, bakoitzak laurogeita
hemeretzi etsai izango ditu. Baina bakoitzak besteak
laguntzen saiatzen bada, bakoitzak laurogeita hemeretzi
.lagun izango ditu

Horrela bizi izan nintzen eta ez nuen ezer galdu besteei
emanez. Izan ere, eman nuen guztia itzuli zitzaidan
Jainkoaren graziaz biderkatuta. Orain ez dut ezeren irrikarik,
nire baitan sakonean daukadana munduak eskain dezakeen
edozer baino handiagoa eta preziatuagoa baita. Pertsona
batek benetan bilatzen duena zoriontasuna da, eta
zoriontasuna lortutakoan, zoriontasunera eramaten duten
.inguruabarrek duten beharra desagertzen da

Ez daukat banku-konturik, mundu honetako nire berme
bakarra jendeak nirekin dituen sentimendu onak direlako. Ez
dut sinesten beste lurreko bermerik. Benetako aberastasuna
.anai-arreben eta lagunaren bihotzetan bizitzean datza

Altruistak garenean, zoriontsu bihurtzen gara. Eta ikuspegi hau hartzen badugu, ingurukoek gure portaeraren eragina jasango dute eta gu imitatzen saiatuko dira. Egoismoa ezabatu behar dugu, hau baita banakako eta .nazioko gaitz guztien erroa

Altruismoak kontzientzia zabaltzen du

Besteei asmo onak bidaltzen dizkiezunean, zure kontzientzia zabaltzen da. Zure hurkoaz pentsatzen duzunean, zure izatearen zati bat aktibatzen da pentsamendu horrekin batera. Baina pentsatzea bakarrik ez da nahikoa; prest egon behar dugu gure pentsamenduak .ekintzara eramateko

Ezkontzak altruismoaren ikasgai bat eskaintzen du Bi pertsona ahalegintzen dira beren bizitzak elkarrekin partekatzen Gero seme-alabak datoz, eta gurasoek dutena eurekin partekatzen dute Baina familia hurbilean bakarrik pentsatzea (hau da, zu eta ni bakarrik, edo gu bakarrik) berekoikeria mota bat da Maite ditugunak guregandik alde egingo duten garaia iritsiko da, eta hori da bizimodua Horrek gogorarazten digu gizateriaren azken helburua gure kontzientziaren mugak zabaltzea dela, besteentzat lan eginez eta bizitzaren bedeinkazioak eurekin partekatuz

Altruismoak bedeinkapen asko eta zoriontasun handia ekartzen dizkio bere jabeari, altruismoaren bidez norberaren zoriontasuna mantentzen baitu. Nire helburua besteak zoriontsu egitea da, nire zoriontasuna haien zoriontasunetik .datorrelako

Ezin dugu lorpenaren zaporea benetan dastatu gure zoriona besteekin partekatzen ez badugu. Ez nago senideez

bakarrik ari, pertsona guztiei baizik. Besteengan pentsatu eta ahal dugun guztian lagundu behar diegu. Horrek ez du esan nahi geure burua pobretzea, baizik eta benetako kezka atsegina eta partekatzeko borondatea erakustea. Justiziaren printzipioak geure buruari aplikatu behar dizkiogu lehenik. Ezin diegu altruismoa besteei irakatsi geure burua altruistak ez bagara. Geure buruarekin hasita, eredu on bihurtzen gara .besteentzat

Nire bizitza besteei zerbitzatzeari eta on egiteari eskaini diot. Asko bidaiatu dut eta entzuleei hitzaldiak eman dizkiet. Baina badakit nire idazkien eta irakaspenen bidez .zerbitzitzen ditudala besteei hobekien

Jendetza hitzaldiak entzutera etortzen da, ez nahitaez benetako maitasunagatik. Jendea inspirazio eta kontsolamendu espiritualaren bila etortzen da. Baina egia bilatzen duten arimak nahi ditut, Jainkoa maite dutenak. Horregatik jarri dut arreta, eta jartzen jarraitzen dut arreta, .Jainkoarengan meditazioaren beharraz

Beren bilaketa espiritualean serio eta iraunkor diren bilatzaile guztiek arrakasta izango dute, nahi eta arduraz .aurrera egiten jarraitzen badute

Jainkoa bihotz, gogo, arima eta indar osoz maitatu behar dugu, eta gure hurkoa geure burua bezala maitatu

Zer esan nahi du Jainkoa bihotz, gogo, arima eta indar osoz maitatzeak? Bihotzak sentimendua esan nahi du, gogoak kontzentrazioa, arimak meditazioan harmonia espiritual sakona esan nahi du, eta indarrak gure energia guztia Jainkoarengana bideratzea esan nahi du. Horrek esan nahi du Jainkoa sentimendu guztiekin maitatzea, meditazioan kontzentrazio osoarekin, eta bizitzaren energia edo boterea materialaren eremutik espiritualaren eremura .birbideratuz, arreta gorputzetik Jainkoarengana aldatuz

Ezinezkoa da Jainkoa maitatzea kontenplaziorik gabe,
kondenplazioaren bidez bakarrik gauzatu dezakegulako gure
izaera espirituala, betiko eta betiko lotuta dagoen arima
.gisa, Jainkoari bere irudian sortu ziona

Jainkoaren maitasun gorenerako tronu bat eraiki behar
dugu geure baitan Ez dago bizitzan gauza garrantzitsuagorik
Ez dago hura maitatzea, berari buruz hitz egitea eta besteak
hura ezagutzera argitzea baino anbizio handiagorik Ez dut
beste ezer nahi jendeengandik

Plazer bat da nire esperientzia espirituala zinez bilatzen
dutenekin partekatzea. Ez dago Jainkoaz hitz egiteak eta
haren presentzia bizitzen laguntzeak baino poz handiagoa
.ematen didan ezer

Zoragarria da Jainkoa eta haren zerbitzariak maitatzea.
Bera aurkitzen dugunean, haren maitasuna sentitzen dugu
guztiongan. Ez dago unibertsoan maitasunaren indarra baino
.botere handiagorik

Goi-goiko Jauna zeruetan eta ozeanoetan eta nire
kontzientziaren tronuan ikusten dut, nire baitan eta guztion
arimetan presente ikusten dut eta bere sorkuntzako forma
.eta agerpen infinitu guztietan besarkatzen dut

Gizakiak etengabe bilatzen ari dira zoriontasun osoa eta
iraunkorra ekarriko diela espero duten "beste gauza" hori.
Jainkoa bilatu eta aurkitu duten arimentzat, bilaketa amaitu
.da, Jainkoa baita "beste gauza" hori

.Jainkoak bedeinka zaitzala, eta bakea izan bedi zurekin

Espirituak eta Mamuak
Bere errealitatea eta funtsa
Espiritu, mamu, altxor-bilatzaile iratxo, sorgin,
gorpu-jale mamu eta banpiroei buruzko istorio eta

ipuin mota guztiak daude. Eta izaki hauekin topaketak izan dituztela aldarrikatu duten pertsonen kopurua ez da txikia.

Topatu nituen kasu askoren artean, gehienetan haluzinazio mental larriak zituzten pertsonak ziren. Emakume horietako batek odol-egarrizko izaki infernukoei buruzko liburu bat irakurri zuen, eta bere haluzinazioak hain biziak ziren, ezen gauero mamu batek odola xurgatzen ziola sentitzen baitzuen. Bisitatzen ninduen bakoitzean sendatzen zen, baina gaueko mamu baten ideia bere buruan iltzatuta geratu zen, gaixotasuna berriro agertzen zelako. Goiztiar hil zen, bere eldarnioek irentsia.

Sorginkeriaren sinesmena oso hedatuta zegoen XVI. mendean, eta sorginak zirela susmatzen ziren ehunka pertsona deabruarekin bat egiteaz akusatu zituzten faltsuki, eta hil egin ziren. Joana Arc-ekoa sutan lotu eta sutan erre zuten, sorgintzat hartzen baitzen.

Beste mundu bat dago, unibertso honen atzean ezkutatuta dagoen eremu etereo. Bere biztanleak argiz osatutako planeta-formetan gordeta daude. Izaki hauek, edo "mamuak", gure begietarako ikusezinak dira eta normalean beren munduan geratzen dira, gu gure mundu fisikoan gauden bezala. Planeta-erresumako biztanle gaiztoek gure lurreko planoan sartzea erraza balitz guri kalte egiteko, etengabeko beldur eta izuan biziko ginateke.

Gure lurrak badu dagoeneko nahikoa izugarrikeria eta izua. Jainkoak ez du gure sufrimenduari mamuen eta deabruen esku-hartzea gehitu nahi, noski!

Hala ere, badaude espiritu ibiltari izeneko izaki planetario batzuk. Espiritu hauek Lurrari lotuta daude atxikimendu sendoen bidez eta giza gorputzean sartzeko nahiaren bidez, beren plazer

sentsualetarako ibilgailu gisa erabiltzeko. Izaki hauek normalean ikusezinak dira eta ez dute jende arruntarengan eragiteko ahalmenik. Batzuetan, espiritu gaiztoek pertsona baten gorputzean eta buruan sartu eta haiengan sartzea lortzen dute. Hori pertsona hori mentalki desorekatuta dagoenean bakarrik gertatzen da, bere burua ahuldu denean alferrik edo pentsatu gabe utzita, autoa giltzak barruan dituela irekita uzten duen norbait bezala. Kasu horretan, ibiltari bat autoan sartu eta alde egin dezake.

Espiritu ibiltariak heriotzaren ondorioz gorputza galdu duten baina haiei sakonki lotuta jarraitzen duten arimak dira. Horregatik, edozein pertsonaren gorputza erabiltzen saiatzen dira beren helburuak lortzeko. Zorionez, espiritu ibiltariak ezin diete eutsi pentsamendu eta kontzientzia espiritualaren bibrazio biziari. Jainkoaren bila dabiltzan eta harengan hausnartzen dutenek ez dute ezer beldurtu behar galdutako eta oker gidatutako izaki hauengandik, Jainkoa baita Espiritu Gorena, eta inongo espirituk, gaiztoa izan arren, ezin die kalterik egin Jainkoa maite dutenei eta etengabe Hartaz gogoan dutenei.

Planeta-izakien izaera ulertzeko, lehenik geure burua ulertu behar dugu. Jainkoak sortu gintuenean, lehenik kontzientzia gisa sortu gintuen. Bere gogo osoz hartzen duenetik, moldatu gintuen, eta ikuspegi honetatik, batez ere izaki mentalak gara. Ez al da egia zerbait berria sortzen duzunean, lehen urratsa horren eredu bat zure buruan sortzea dela? Ondoren, beharrezko materialak biltzen dituzu eta azkenik ideia horri bizia ematen diozu. Hori gure osaerari eta sorkuntza guztiaren osaerari ere aplikatzen zaio. Hiru izaera ditugu: izaera mentala (ideia), izaera etereo

(sorkuntzaren materiala) eta izaera fisikoa (produktu trinkoa).

Gorputz fisikoa 16 elementuz osatuta dago. Baina elementu materialen substantzia kimiko hauek nola konbinatu ziren gorputza gogoaren tresna bihurtzeko, benetan harrigarria da!

Batzuek urtero auto berri bat erosi nahi dute. Baina hirurogei, hirurogeita hamar edo gehiago urtez beren modelo fisiko zaharra gordetzera behartuta daude! Gorputza higatuta dagoenean ere, mantentzeko nahia sendo mantentzen da Jainkoak "Nahikoa da! Askatu nazazu gorputz honetatik!" esan arte. Orduan, pertsonak bere gorputz usteltzen ari denetik jauzi egiten du argiz eta bizitasunez osatutako gorputz etereo batean aurkitzeko. Pozten dira gorputz berriaren bidez entzuteko, ikusteko eta ukitzeko gaitasuna dutela ikustean, eta ez dutela hautsi beharreko hezurrik edo kaltetu beharreko haragirik.

Pertsona bat hiltzen denean, bere gorputz fisikoa deskonposatzen da, baina bere planeta-gorputza bere jatorrizko egoeran mantentzen da osorik.

Non daude Lurra utzi zuten arima horiek? Eterrean dabilta. Esan liteke: "Hori ezinezkoa da", baina egin dezagun konparazio hau:

Tribu primitibo bateko kide bati musika eterrean existitzen dela eta jaso eta entzun daitekeela esango banio, barre egingo lidakete, edo agian izutu ere egingo lirateke. Baina irrati bat ekarri eta musika eta abestiak emititzen dituen estazio batera sintonizatuko banu, ezingo lukete nire baieztapena ukatu. Era berean, beste batzuei erakutsi diezaieket izaki estralurtarrak eterretik zeharkatzen direla, eta ez lukete ukatzeko ahalmenik izango. Mundu

estralurtarra hemen dago, unibertso fisikoaren bibrazio trinkoen haratago.

Jendeak inguruko eterrean dauden izaki planetarioen ugaritasuna ikusiko balu, asko beldurrez hartuko lirатеke, eta batzuek beren maiteak bilatzen saiatuko lirатеke.

Begi espiritualean sakonki zentratzen bazara, barne-ikuspegiaren bidez, eremu etereora igaro diren arima guztiak bizi diren mundu distiratsua hauteman dezakezu. Gizakietan, bihotzak hartzaile gisa jokatzeko du, eta begi espiritualak argia transmititzen du. Zure maiteak hildakoak ikusi ezin badituzu ere, zure sentimenduak lasai bihotzean zentratzen badituzu, gorputz argitsueta dauden eta gorputz fisikoaren loturatik askatasunaz gozatzeko duten maite dituzunen presentzia sentituko duzu.

Lurraren planoan utzi duten izaki planetario asko ikusten ditut, baina ezin naute ikusi. Ez naiz haientzat ikusgai egiten, baina nahi badut ikus ditzaket.

Beraz, ez gara guztiz libreak gorputza uzten dugunean heriotzan. Gure arimak bi forma sotiletan geratzeko dira: planetarioan (energia-gorputza) eta kausalean (pentsamendu-gorputza).

Gizaki batek forma fisikoa hartzen duenean, mundu honetako izaki ikusgai bihurtzen da. Bere gorputz fisikoa hil ondoren, planeta-munduan "mamu" gisa geratzeko da, hau da, gaitasun mentalaz eta bere lurreko existentzian bereizten zuten mentalitate eta ezaugarri berberekin hornitutako izaki ikusezin gisa.

Planeta-munduko biztanleek, noski, elkar ikus dezakete beren gorputz argitsueta, baina izaki planetarioak normalean ikusezinak dira guretzat Lurrean, begi espiritualaren bidez mundu planetarioan nola sartu jakin ezean. Arimak beren gorputz etereoak kendu eta mundu kausalaren

egoera mentalean sartzen direnean, ez dira erabat desagertzen, baizik eta guztiz ikusezin bihurtzen dira, pentsamenduak ikusezinak diren bezala.

Arimak haragizko desioetatik askatzen direnean, ez dute gehiago Lurrean berriro enkarnatu beharrik. Arima hauek, orduan, planeta-erresuma eta kausal-paradisuaaren artean mugitzen dira, planeta-planoan enkarnatzen jarraituz, egoera horretatik askapen espirituala ere lortu arte. Kausal-desio guztiak agortzen direnean, norbanakoa benetan aske bihurtzen da, edo arima aske.

Hildako arimak bere lurreko existentziatik oraindik bete gabeko desioak baditu, desio horiek planetaren eremuan sentitzen jarraituko du eta gorputz fisiko batean adierazi nahi izango du. Horrela, arima hori, bere planetaren gorputzarekin, espermatozoide eta obulu batetik eratutako zelula batera (espermatozoide batera) erakartzen da berriro, eta jaioberri gisa birsortzen da.

Ez da zentzuzkoa pertsona batek bere buruari behin betiko egoztea edozein gabezia fisiko. Demagun norbaitek beso bat galtzen duela bizitza honetan, eta galera horren ideia bere kontzientzian errotzen dela, berriro ezingo duela inoiz erabili konbentzitzuz. Berraragitzen direnean, beso galduaren sentsazioa ekarriko du berarekin. Pentsamendu negatibo hori nahikoa indartsua bada, gorputz berriaren besoak sortzen dituen bizi-jarduera kontzientearen sormen-lana oztopatu dezake. Beraz, pertsona batek ez luke inoiz bere burua gorputz fisikoaren inperfekzio eta gabezien arabera definitu behar. Muga horiek ez zaizkio arimari dagozkio, hau Jainkoaren irudi garbi eta perfektua baita.

Horrela, ikusten duzu forma fisikoa hartu aurretik, espiritu bat zinela, eta hil ondoren, berriro

espiritu izatera itzuliko zarela. Espirituak gara lo gaudenean ere, lo gaudenean ez baikara batere kontziente gorputz fisiko gisa. Beraz, lo zaudenean espiritu bat zarenez, eta heriotzaren ondoren espiritu izango zarenez, zergatik izan behar dute espirituak beldur? Hau da beti izan zarena —espiritu bat— eta beti izango zara, eta hau da betikotasun osoan izango zarena.

Desberdintasun bakarra da heriotzaren unean planeta-erreinuan sartzen zarenean, ezin duzula borondatez sortu orain duzun bezalako gorputz fisikorik. Sortzaile Gorenarekin bat egin duten Maisu Handienek bakarrik egin dezakete hori. Espiritualki aurreratutako arimek planeta-ibilgailuaren bibrazio sotilak gorputz ukigarri batean areagotu ditzakete.

Heriotzaren beldur gara minagatik eta suntsipenaren ideiatatik. Hori ideia okerra da. Jesukristok bere dizipuluei gorputz-forman agertu zitzaien hil ondoren. Lahiri Mahasaya haragi eta odolez itzuli zen hil eta hurrengo egunean. Erakutsi dugu ez zirela hil.

(Eta Mezulariak, bakea berarekin, esan zuen: “Zuen artean ametsetan egiazkoena da zuen artean hitzez egiazkoena” Eta: “Amets batean ikusten nauenak errealitatean ikusten banau bezala da”)

Polo espiritualen kasuak arraroak diren arren, ez da esan behar haien testigantzak okerrak direnik.

Nik pertsonalki ikusi nuen nire irakaslea, Sri Yuktsuwar, hil eta hiru hilabetera berpiztu zena (ikus Mundu Espiritualak: Bere Errealitatea eta Izaera gune honetan)

Jakinduriaren liburu sakratuek diote giza arima funtsean jainkozko espirituaren isla dela. Ez du inoiz heriotzaren agonia edo jaiotza-minak jasaten, eta bere existentzia betierekoa da, existentzia bera

irauten duen bitartean. Arima hau betiko bizirik eta aldaezin dago, usteltzeak ukitu gabe eta suntsipenak eragin gabe.

Askotan, urrun bizi zen dizipulu gaixo batek nire gorputz planetarioa beregana erakarri zuen bere debozioaren eta maitasunaren indarraren bidez. Horrelako adibide bat hemen gertatu zen Seva Devi izeneko dizipulu batekin. Oso dizipulu debotoa zen. Behin, oso gaixo jarri zen, baina sekretuan gorde zuen denengandik. Ospitalean bisitatu nuenean, esan zidan: "Mesedez, eskatu Jainkoari gorputz honetan gehiago ez edukitzeko".

Geroago, Encinitas ermitara itzuli nintzen Pazifikoko kostaldean, eta goiz batean bat-batean Seva Deviren bibrazio planetario gardenen sentitu nuen. Bere debozio eta maitasun espiritualaren bidez, nire gorputz etereoaren beregana erakarri zuen. Berehala, nire gorputz fisikoa izoztu egin zen, bizitza bertatik joan izan balitz bezala. Geroago esan zidaten Seva Devik bat-batean oihu egin zuela: "Swamaji hemen dago!", nire gorputza utzi baino lehen, beste mundura eraman nindutela kontzienteki bazekielako.

Geroago, ikusi nuen, gorputza distiratsu zuela, nire klase batean eserita, bere bizitzan zehar agertu zen bezala. Norbaitek orduan ukitu izan banindu, berak ere ikusteko aukera izango zuen, nahiz eta kontzientzia espiritual horretan daudenek ez dieten besteei ukitzen uzten.

Heriotzaren ataria zeharkatu eta bizitzara itzuli gara askotan, beraz, zergatik beldur izan heriotzari? Askatzeko dator. Noski, ez genuke heriotza nahi izan behar, baina bertan aurkitu behar dugu kontsolamendua —bere kabuz datorrenean— hainbat arazoetatik askatzeko.

Jendeak heriotzaren beldurra ere badu espetxe fisiko honetan denbora luzez egoteagatik, bertatik irteteko beldurra duten punturaino. Baina pertsona batentzat ergelkeria da beldurra izatea.

Jainkoaren nahia denez antzinako eredu fisiko hau heriotzara arte edukitzea, gorde eta beharrezko arreta eman behar diogu.

Indian badago istorio bat hiltzen ari zen gazte bati buruzkoa, zeinak negar egin baitzuen inguruan atsekabearen eta uztearen atsekabearen negar-zotinak entzun zituenean:

**Ez iraindu nire arima zure erruki oihuekin
Argiaren eta maitasunaren betiko erreinuetan
murgiltzen zarenean**

**Ni naiz zutaz errukitu eta zure egoeraz damutu
beharko litzatekeena**

**Niretzat
Gaurtik aurrera gaixotasun gehiago ez
Ezta hezur hautsi bat ere
Ez tristurarik, ez minik ikaragarriarik
Pozaz amesten dudalako eta poz itsaso batean
igeri egiten dudalako**

**Eta poza arnasten dut
Lan ordutegi luzatua!**

Gizakiak ez daki zer gertatuko zaion berarekin mundu honetan. Beldur eta antsietate psikologikoen artean bizi da. Hil direnek erruki diote eta bedeinkatzen dute beren mundutik. Ama bati esan nion hau, semea galdu zuena, eta azaldu bezain laster, malkoak lehortu eta esan zuen: "Inoiz ez dut halako bakerik sentitu. Pozten naiz nire semea libre dagoela jakiteak. Zerbait izugarria gertatu zitzaiola pentsatu nuen".

Espiritualki aurreratu diren pertsona askok beren gorputz eterikoak ikusteko gai dira

Gorputz eterikoa gorputz fisikoa igotzen edo uzten duenean heriotzaren unean, alde egiten duen pertsonak bere gorputza hilda ikusten du. Esperientzia bera gertatzen da yogi aurreratuek gorputz fisikoa borondatearen bidez gaintitzen dutenean, eta horrek beren gorputzetara nahi dutenean itzultzeko aukera ematen die. Hala ere, hori egin dezaketela uste duten pertsona asko oker daude. Zerbait bizitzea pentsatzeak ez du esan nahi gertatuko denik. Metodoa jakitea ezinbestekoa da.

Behin, New Yorkeko gizon bat etorri zitzaidan eta eterikoan bidaiatu zezakeela (bere gorputz fisikotik) azpimarratu zuen. Nik esan nion: "Ez dut uste; gaitasun hori duzula imajinatzen ari zara". Baina proban jartzea erabaki zuen. Nik baiezkoa eman nion eta esan nion: "Ongi da, orduan eterikoan bidaiatu eta behera jaitsi eta esadazu zer gertatzen den beheko jatetxean".

Une batez isilik egon zen, eta gero esan zuen: "Eskuineko izkinan piano handi bat dago".

Ziur nengoen imajinatzen ari zela, bere arnasketa eta pultsua normalak zirelako.

Beraz, esan nion: "Aitzitik, uste dut bi emakume aurkituko dituzula mahai baten inguruan eserita". Iseka egin zidan. Gero, elkarrekin joan ginen jatetxera, eta ez zegoen pianorik txokoan, bi emakume bakarrik mahai baten inguruan eserita. Azkenean, gure lagunak ulertu zuen bere fantasiek engainatu zutela.

Nire ikuspegi planetario esoterikoetan, askotan gertaera beldurgarriak ikusten ditut, baina film bat bezala iruditzen zaizkit. Mundua entretenitzeko egina zegoen, ez tormentatzeko edo beldurtzeko. Eta Jainko Ahalguztidunak bere sorkuntzaren drama izugarri

konplexua bihurtu zuen, ongiaren eta gaizkiaren kontraesanez betea.

Gure izaera espiritual ezkutua ulertzeko trebatu behar dugu geure burua. Baina hori ezinezkoa da gure pentsamenduak etengabe gorputz fisikora mugatzen ditugun bitartean. Gauza materialekiko etengabeko kezkak materialista bihurtzen gaitu eta gure nahi espiritualak itotzen ditu. Jainkoa gure bizitzako gauzarik garrantzitsuena bihurtu behar dugu. Bigarren mailako posizio batera uzten badugu, ez da guregana etorriko, eta ez dugu ezagutuko. Munduko tentazioak ugariak eta etengabe presente daude. Espiritualtasuna nahi dutenek beren borondatea aktibatu eta tentazioen baso trinkoan zehar bidea egin behar dute, eremu seguru eta lasai batera iristeko.

Planeta-igoera etereoak kontzienteki bizi daiteke pertsona batek estasi espiritualaren egoera sakonetan sartzen denean bakarrik, bere kontzientzia maila altuago batera zabalduz. Bere begi espiritualaren bidez, espazioko edozein puntu hauteman dezake, mundu honetan edo eremu etereoan izan. Denboraren eta espazioaren mugak ere gainditu ditzakete. Espiritualki aurreratu diren pertsona batzuek beren gorputz etereoak eta baita fisikoak ere edozein kokapenetan kondentsatzeko gaitasuna dute. Egoera horri bilokapena edo presentzia bikoitza deitzen zaio, non pertsona bi leku edo gehiagotan aldi berean egon daitekeen. Egoera honetan, gorputz fisikoa animazio eseki batean dago, transe baten antzekoa. Maisuak estasi espiritualaren etapa gorenera (jainkozko ezagutzaren etapa) iristen denean, bere funtzio guztiak normal bete ditzake, estasi sakratu batean murgilduta jarraitzen duen bitartean.

Jainkoarengan babesa bilatzen duenak ezin dio inork kalterik egin, eta ez du ezer beldurtu beharrik Jainkoarengan sinesten duen eta haren gidaritzapean eusten duen bitartean. Baina pertsona batek pentsamendu negatiboak bere buruan sartzen uzten dituenean eta norbaitek kalte egiten saiatzen ari zaiola uste duenean, pertsona horri horretarako boterea ematen dio.

Imajinatu norbaitek ideia faltsu bat bidaltzen dizula, eta onartzen duzula. Zalantzarik gabe, kalte egingo dizu. Baina pentsamendu txarrak arbuiaitzeko ahalmena duzu. Ez izan beldurrik asmo gaiztoa dutenei, inork ezin dizulako eragin psikologikoki ahula ez bazara. Beldurrak eta gogo itxiak gaizkia sartzen uzten dute. Baina zeure buruari baieztatzen diozunean, "Jainkoa nirekin dago eta babesten nau", ongia bakarrik etorriko zaizu besteen pentsamenduetatik. Norbaitek pentsamendu txarrak bidaltzen dizkizunean ere, ez dira zuregana iritsiko; aitzitik, bidaltzailearengana errebotatuko dira, berak dakien edo ez dakien moduan kaltetuz. Inguratu zaitez Jainkoa eta bilatu babesa bere izen bedeinkatuan, unibertsoko botererik indartsuenean. Gaizkiaren, gezurraren eta hipokrisiaren gezi guztiak hausten diren horma zeharkaezina da, eta zeinetik pentsamendu negatibo guztiak desbideratu eta uxatzen diren beren iturrira eta jatorrira!

Ez egin kasurik mamu ibiltarien eta espiritu galduen indarrei, ezta magia beltza praktikatzen dutenei ere. Bizitzaren esparruetan indar kosmiko handi eta etengabe asko daude jokoan. Ongiaren eta gaizkiaren arteko gerra kosmiko bat dago. Baina ez dago beldurrik beren fedearen eta asmo onen arabera jokatzeko duten sinestun zintzoentzat, azkenean ongia nagusituko baita.

Mundu hau izaki eta indar ikusezinek gobernatzen dute: Jainkoa, bere profetak eta bere santuak alde batetik, eta Satanak, bere morroiak eta bere aliantza gaiztoak bestetik. Sokatira handia dago Jainkoaren eta bere aingeruen eta Satanaren eta bere aliatuen artean. Arazoa ezin da ilusio huts gisa baztertu. Satanak existituko ez balitz, ez genuke Jainkoaren laguntza bilatuko haren aurka. Gaizkia existitzen da eta bide eta metodo guztien bidez aurre egin behar zaio.

Jainkoak gizateria sortu zuenean, Satanak ere sortu zuen Satanasek, bere engainagarri boterearekin, jendea probatzeko existitzen da Suak burdina urtzen ez badu, altzairua ezin da mailukatu edo forjatu Beraz, gaixotasunak edo minak jotzen duenean, gogoratu gaingitu beharreko proba bat dela Ez kexatu edo larritu proba horiekin Arima handi asko hil dira gaixotasun izugarrien ondorioz eta sufrimendu izugarria jasan dute Batzuk ezgaitasun larriak izan zituzten, baina fedea mantendu eta pozik joan ziren aintza gorenera.

Gure Lurra planeta lekuri jendetsuenetako bat da. Badira Lurra baino mundu askoz hobeak, mota guztietako arazo eta zailtasunez beteta baitago. Hala ere, Jainkoak ez gaitu ahazten bere errukian; aitzitik, modu askotan laguntzen saiatzen da gure sufrimendua eta bidean dauden oztopoak gaingitzen.

Jainkoak, bere aingeruek eta milioika espiritu onek Lurrean harmoniazko ordena sakratu bat ezartzen saiatzen dira. Kalitate on eta ezaugarri onuragarri guztiak espiritu on batetik datoz, espiritu onek etengabe ereiten baitituzte pentsamendu eta asmo bertutetsuen haziak gure gogoaren lurzoruan. Aldi berean, ordea, iluntasunaren erregeak —Satanek —, bere espiritu gaiztoen jarraitzaileen laguntzarekin,

kaosa eta arazoak sortzen ditu munduan. Nork, Satanek ez bada, sortu zituen gaixotasunen ernamuinak? Izurri mota asko, gero tuberkulosia eta beste gaitz hilgarri bat, minbizia eta beste batzuk, guztiak gizateria tormentatzeko metodo deabruzkoak. Baina Jainkoak ikertzaile asko inspiratzen ditu gaixotasunak desagerrarazteko modu berri eta onuragarriak asmatzera.

Sexu-plazerra jainkozko zoriontasunaren pareko engainagarria da. Sexua maitasun leialetik bereizten denean eta animalia-senak asetzeko erabiltzen denean, Satanasen eskuetan dagoen tresna bihurtzen da giza kontzientzia zentzumenen gatibu mantentzeko, jainkozko kontzientzia bizitzeko gai ez izateko.

Deabruak sortutako hirutasun faltsu bat dago extasi espiritualaren ordezkoko gisa. Hirutasun hori neurrigabeko lizunkeria, alkoholaren irrika eta diruaren gutizia da.

Adam eta Evak sexu-sentsazioa izan zutenean, Paradisutik erori ziren, Jainkoarekin estasi espiritualean batasuna bizitzeko aukera eman zien jainkozko kontzientzia galduz. Horregatik, Edeneko Lorategitik kanporatu zituzten. Ordutik, gizateria sexu-ugalketa egitera behartuta dago, beste izaki guztiak bezala. Emakumeak modu mingarri eta neketsuan erditzen du. Ondoren, senar-emazteek dutena onartu behar dute. Seme-alaba berekoi eta akastun bat badute, haztera behartuta daude. Jatorriz, arrazoiaren boterearen bidez nahi zutena sortzeko ahalmena zuten, Jainkoak egiten duen bezala. Bedeinkatuak izan bedi errugabetasunaren lehen egun horiek. Benetan, egun zoriontsu eta loriatsuak izan ziren.

Eta hau guztiaren ondoren, azkenean, Satan bera Jainkoaren eskuetan tresna bihurtuko da. Satanek ez ditu gizateriarekiko egindako promesak betetzen, eta, beraz, frustratu eta desilusioz betetakoek Jaun leialarengana jotzen dute laguntza eske eta beren itxaropenak bete ditzan.

Baina ez dugu etsipenak itxaron behar Jainkoarengana jotzeko motibatzeke. Ez ditugu arrautza guztiak saski berean jarri behar.

Ezin ditugu zoriontasunerako gure itxaropenak gorputzaren saski hauskorrera eta munduko plazer laburretara mugatu.

Entzun dezagun, lagunok, Jainkoaren ahotsa gure pentsamendu onen bidez guri hitz egiten digunari. Jainkoak, bere profetek eta bere aingeru-espirtuek sortzen dituzte pentsamendu noble hauek. Satanek eta bere morroiek sortzen dituzte pentsamenduak eta tentazioak beren irudian.

Pentsamendu gaizto bat zure burutik pasatzen denean, damurik gabe uxatu, eta deabruak ezingo du gehiago bere eragina izan zuregan eta kalterik egin. Gogoratu gaizki pentsatzen duzun unean, deabruarengana hurbiltzen zarela.

Gizakia etengabeko mugimenduan dago, ongiaren eta gaizkiaren artean joan-etorrian

Transbordo diplomazia honetatik ihes egiteko, deabruaren eta bere morroien eskuak iritsi ezin den lekura joan behar da, Jainkoaren bihotzera , eta bakea izan bedi zurekin.

Aldaketen arteko oreka mentala

Mendebaldekoek erosotasun fisikoa azpimarratzen dute.

Eguraldia oso beroa denean, hozte faltagatik sufritzen dute, eta oso hotz egiten duenean, berogailu artifizialik ez dagoelako ondoeza sentitzen dute. Baina Indiako irakasleek filosofia desberdina ematen dute. Diotenez, beroarekiko eta

hotzarekiko sentikortasuna, plazerrarekiko eta minarekiko sentikortasuna zentzumen engainagarrien iradokizun ilusorioetatik eta pertsona batek haien eskakizun amaigabeekin duen konpromisotik eta erantzunetik sortzen da. Pertsona jakintsua, ordea, zentzumenen atzaparretatik ihes egiten duena eta dualtasun guztiak gainditzen dituen .da

Pentsalari handiek ez dute iradokitzen norberak gorputza kaltetzeraino diziplinatu behar duenik. Aitzitik, beroa edo hotza jasanezina bihurtzen denean, mentalki bero edo hotzaren sentsazioetik askatzea gomendatzen dute, aldi berean egoera horretarako erremedio arrazional bat bilatuz. Gitak dio: "Plazer sentsualek lotuta daudenek ez dute meditaziorako beharrezko oreka mentala lortuko, ezta Jainkoarekin bat egin ere Samadhi zoriontasun espiritualaren .estasiaren bidez

Pertsona batek zentzumen-nahasmenduetatik mentalki urruntzea lortzen duenean, barne-bakea lortzen du. Joan-etorri sentsazioek eraginik gabe mantenduz, arimaren funtsezko lasaitasun aldaezina agerian uzten du. Kontzientzia sendo eta aldaezin horretan, bat bihurtzen da .absolutuarekin, infinituarekin eta aldaezinarekin. Gorputzeko sentsazio guztiei emandako erantzun pasiboak adimena eta arima asaldatzen ditu. Arima asaldatzen denean, pertsonak bere benetako izaera galtzen du, hau da, lasaitasuna Jainkoa Lurreko lekuri beroenetan eta hotzenetan dago Artikoan eta Hutsune Hutsean dago, bere lurreko sorkuntzaren muturreko baldintzek eta tenperaturek eragin gabe. Bere irudira sortutako gizakiek bere jokabidea imitatzen saiatu beharko lukete Jainkoak gorputz honetan jarri gintuen, beroaren eta hotzaren, plazerraren eta minaren menpe, baina dualtasun hauek adimen orekatu batekin ikustea nahi du. Dualtasun mota guztien gaineratik altxatzea nahi du Indarra eta erresistentzia landu behar ditugu arduragabekeriari edo aurreikuspen

faltarik gabe Bero edo hotz muturrekoa saihestu ezin dugunean, gure adimena haietatik urrundu behar dugu Zenbat eta ahalegin handiagoa egin horretarako, orduan eta gehiago askatzen da adimena, nahi ez diren sentsazioek gure kontzientzian edo sentimenduetan eragin negatiborik izan ez dezaten

Azalaren gainazalak ez du ukimena hautematen; sentsazio hauek garunean prozesatzen dira. Pertsonak adimenaren bidez bakarrik dastatu, ukitu, usaindu, entzun edo ikusi dezake. Badirudi zaporea mihiaren gainazalean sentitzen dugula, baina, egia esan, garuna da zapore hori erregistratzen duena. Era berean, gorputzeko atal bat lesionatzen denean, mina batez ere adimenean sentitzen da, ez kaltetutako organoan. Bi mekanismo ditugu mina hautemateko: nerbioa eta garun-enborra. Sentsazioa gertatzen da garunak nerbioaren eta garun-enborraren arteko komunikazioa ahalbidetzen duenean. Garunak mina ezagutzen ez badu, ez dago minik. Hau da maisu indiar handien aurkikuntza harrigarria. Pertsona bat kloroformoaren edo anestesiko baten eraginpean dagoenean, ez du minik sentitzen, sentsazioak ez baitira garunera iristen. Nerbio-bukaeretan ile txikiak daude, eta horien bidez mina-seinaleak garunera transmititzen dira. Anestesikoak mina-seinale horien transmisioa eragozten du Garuna gogoaren zentzumen-organoa da, eta gorputzeko sentsazio guztiak bertara transmititzen dira nerbioen eta garunaren beraren bidez. Gogoak garunarekin konektatuta dagoenez, sentsazio horiek jaso eta interpretatzen ditu. Pentsamendu positiboak indartutako gogoak plazer eta min sentsazioek gutxiago eragiten diote. Sentsazio hauetaz jabetzen da, baina ez dago haiek .mugatuta Gizakiei sentsazioa eman zitzaien gorputzak babesteko. Hori gabe, pertsona batek ebaki edo erredura larria jasan zezakeen konturatu gabe. Animaliek ez zuten gaitasun hori

garatu, eta, beraz, haien minaren sentsazioa ez da hain nabarmena; bestela, hiltzeko eta hiltzeko metodo batzuen bidez eragindako krudelkeria jasanezina litzateke. Adibidez, karramarroak ur irakinetan botatzen dira bizirik dauden
!bitartean

Bai mina bai plazera gogoaren sorkuntzak direnez, mina fisikoa arindu daiteke gogoaren kontrola praktikatuz. Ondoren, sentsazio bat egoera anormal baten adierazle gisa bizi daiteke minik sentitu gabe. Bhagavad Gitak sakonago jorratzen du gai hau. Plazerrarekiko edo minarekiko hipersentsibilitateak haien efektuak areagotzen ditu, sentikortasun murriztuak, berriz, minak gutxiago eragiten dio eta plazer sentsozialen esklabutza gutxiago sortzen du. Nire gorputza eta burua entrenatu nituen estimuluekiko sentikortasun gutxiago izateko eta zentzumen-distrakzioetatik libre aurkitu nuen neure burua. Entrenamendu hau zentzumenen atzaparretatik eta haien .eskakizun amaigabeetatik askatzeko bidea da Mediku batek hain sendotasun mentala zuen, ezen bere buruari ebakuntza arriskutsu bat egiteko gai izan zen! Noski, hori ezinezkoa da atxikimendu fisikoek esklabotutako adimen batentzat. Baina entrenamenduarekin, adimena izugarri indartsu bihur daiteke. Zenbat eta gehiago entrenatu eta findu pertsona batek bere adimena, orduan eta kontrol gehiago izan dezake haren gainean. Haur hondatu bat sakonki atsekabetuta dago kalte txikienarekin ere, erresilientzian eta erresistentzian trebatutako haur bat, berriz, gutxitan ikaratzen edo atzera egiten du minez, lesio .larrien ondorioz ere

Zentzu honetan, Indiako maisu handiek defendatzen duten prestakuntza-metodoa Mendebaldeko Indiako irakasle espiritualek beren dizipuluak trebatzen dituzte gorputzaren eta zentzumenen esklabutzatik erabat askatzeko. Mendebaldean garatutako erosotasunek gorputzaren gozamena sustatzen dute, eta, ondorioz, gaitasun mentalak

garatzeko egiten den ahalegina minimoa eta hutsala da. Indian, ikasten dugu (gure giden erretiroetan) zentzumenen boterea nola moztu hasieran, haien esklabutza ez bihurtzeko. Nire Ranchiko (Bihar) eskolan, batzuetan haur txikiak lur gogorrean esterilla txikietan lotara eramaten genituen, eta osasuntsu eta sendo hazten ziren, bai fisikoki .bai mentalki

Mendebaldekoak ohituta daude erlaxatzeko eta lo lasaia egiteko kanpoko bide askotara. Indian, hondar beroan esertzen ginen meditatzeko. Pixkanaka, egun osoan beroan eserita egoteko gai izan ginen, eta baita hotzean ere. Prestakuntza honen ondorioz, hain gaitasun mental handia eskuratu nuen, ezen ezerk ezin baitzuen nire kontzientzia asaldatu edo eragin. Nire gogoaz zentzumenetatik .deskonektatzen dudanean, ezerk ez nau batere kezkatzen Duela urte batzuk, eguraldia jasanezin beroa zen, eta denak arnasestuka zeuden. Elkartze mentalaren bidez, haien ondoeza niregana transferitu zen, kontzentratzea eta artikuluak idaztea eragotziz. Orduan, neure buruari errieta egin nion, esanez: "Zergatik hau guztia?" eta Jainkoari otoitz .egin nion

Ai Jainkoa, elektrizitate berak sortzen du beroa labean"

"!eta izotza hozkailuan, beraz, eguraldia epela da Berehala giroa atsegina bihurtu zitzaidan, elur geruza batek gorputza inguratu izan balit bezala, eta inspirazio handia sentitzen hasi nintzen eta inolako zailtasunik gabe .idazten hasi nintzen

Behin, duela urte batzuk, auto deskapotagarri batean estatu arteko errepide bidaia batean nengoen autoaurkikuntzako ikasle gazte talde batekin, horietako bat nire idazkaria zelarik. Berak eta biok autoan lokartu ginen, manta txiki bat partekatuz. Gaua izugarri hotza zen. Lo sakon nengoela, manta kendu zidan, eta erdi esna nengoela, inkontzienteki manta kendu nion! Honek denbora batez

iraun zuen. Orduan nire buruak esan zuen: "Zergatik
."!jokatzen duzu horrela? Dena ondo dago. Bero zaude
Orduan manta kendu, eseri eta meditatzen hasi nintzen,
nire gorputza ogi bat bezain bero sentitu arte. Bi ordu
geroago, dizipuluak esnatu zirenean, hotzez dardarka,
geldirik aurkitu ninduten. Estasi sakratuan galduta nengoen,
eta hilda nengoela pentsatuz, oihuekin nire estasi
espiritualetik esnatzen saiatu ziren. Baina irribarre egin eta
esan nuen: "Zergatik zarata guztia, gazteok? Jarrai dezagun
gure bidetik". Protestatu zuten: "Izotzez betetako hotzean
eserita zeunden, berokirik edo mantarik gabe!". Hala ere, ez
!nuen katarrik hartu, ni nintzen bero nengoen bakarra
Egin behar dena da adimena positiboagoa izan dadin
trebatzea. Katarririk ez hartzeko erabakia hartzen baduzu,
hartzeko probabilitatea gutxitu egingo da. Adimena mina
gainditzeko ere trebatu behar da. Sentikortasun mentalak
mina areagotzen du, eta mina areagotzeak norberaren
baitan dagoen Jainkoaren irudia ahaztea esan nahi du: irudi
.sakratu eta garaiezina

Antzinako Indiako jakintsuek esaten zuten ohitura
guztiak pertsona batengan hiru urterekin sortzen hasten
direla. Oso zaila da ohitura horiek aldatzea, behin
kontzienteki errotuta eta sakon errotuta daudenean. Zure
familiak eta inguruneak zure buruan txertatu badute zer
gustatzen zaizun eta zer ez, inpresio horiek bizitza osorako
gera daitezke zurekin. Nire tutore jakintsuarengandik, Sri
Yuktiswarrengandik, ikasi nuen lehenengo gauza
sentsazioekin lotutako bulkada psikologikoak gainditzea izan
zen. Lehen aldiz entrenamendura joan nintzenean, katarroa
hartuko nuen eguraldi hotzean manta bero bat erabiltzen ez
banuen. Baina nire irakasleak irakatsi zidan nire gogoaren
boterea erabiltzen joera hori gainditzeko. Ondorioz, txikitatik
maisuaeren entrenamendua jaso arte jasan ninduten
!katarroetatik askatu nintzen

Batzuek diote arrazoian bakarrik fidatu behar garela
Beste batzuek uste dute gure zentzumenak ase behar
ditugula Bi jarrerak muturrekoak dira
Teoria baten arabera, komenigarria da aldizka azterketa
medikoak egitea gorputzaren osasuna eta ongizatea
bermatzeko, autoa noizean behin ikuskatzea bezala. Honek
badu zentzua. Baina gizakiak ez dira makinak. Zure buruko
osasuna zure egoera fisikoaren arabera bada, lehenago
edo beranduago, adimena gorputzaren eskaeren menpe
geratuko da, eta botika eta bestelako tratamendu fisiko
mota eta kantitate guztiak eraginkortasunik gabe utziko ditu.
Horrek azaltzen du zergatik pairatzen ditugun gaixotasun
sendaezinak. Ahultasun fisikoa errotu egin da adimenak
.gorputzaren jaun izateari uko egin diolako
Hasieran neurritasuna da onena Lesio txiki bat jasaten
baduzu, eman iodo pixka bat, baina ez fidatu erabat
sendagaietan Hartu neurri arrazoizko eta egokiak pixkanaka
arrazoian gero eta gehiago fidatu arte Irakasle handiek
eurek Jainkoak sortutako belar eta produktu kimikoekin
egindako sendagaiak erabiltzen zituzten Sendagaiak eta
drogak ez dira ezinbestekoak irakasle espiritual batentzat,
baina Jainkoaren boterea modu askotan funtzionatzen duela
erakusteko, noizean behin sendagai prestakin batzuk
erabiltzea aukera dezakete Nolanahi ere, garaipena
arrazoiaren boterean datza Sendagai guztiak gabe egin
ditzakezula ondorio kaltegarririk gabe uste sendoa lortzen
duzunean, garaipena lortzen duzu eta gorputzaren gaineko
nagusitasuna lortzen duzu
Behin, irakasle batek besoa hautsi eta tratatu eta
bendatu egiten utzi zuen. Istripuaren ondoren, gizon aberats
bat bisitan etorri zitzaionean, ikasle kezkatuak pentsatu
zuten bisitaria etsita geratuko zela irakaslearen besoa
lepoan zintzilik ikustean. Irakasleak bisitariari esan zion:
"Ikus dezakezuenez, besoa hautsi dut eta minduta nago.
Ikasleek uste dute nire beso hautsia ikustean, Jainkoak

abandonatu nauela eta jada ez nauela axola pentsatuko
."dutela. Ez egin kasurik
Beste behin, irakasle bera Jainkoari abesten ari zen,
liluratuta, gertuko ikatz gori-gori pila baten gainera erori
zenean. Hala ere, abesten jarraitu zuen. Ikasleek altxatu
zutenean, ikatz bizi batzuk bizkarrean itsatsita zeudela eta
haragia erretzen ari zitzaizkiola ikusi zuten. Izututa geratu
ziren ikuskizun ikaragarriarekin, baina irakasleak irribarre
egin eta lasai esan zuen: "Beno, kendu ikatzak zalaparta
guzti honen ordeztu!". Ez zuen minik kexatu. Hau da irakasleek
erakusten duten transzendentzia mentala. Oraingo honetan,
irakasleak frogatu zuen minaren gainera zegoela.
Lehenengo aldian, erakutsi zuen minak eragiten ziola, baina
.pazientziaz eta apaltasunez jasan zuen
Jarrera irmoa hartu behar da gorputzarekiko eta haren
eskakizunekiko. Eskriturak diote beroaren eta hotzaren,
plazerraren eta minaren kontzeptuak zentzumenean
sentimendu edo sententzio horien iturriekin duten kontaktutik
sortzen direla. Hala ere, sentimendu eta sententzio horiek
hasiera eta amaiera batez mugatuta daude. Izaeraz
iragankorrak eta iragankorrak dira, eta, beraz, pazientziaz
eta tolerantziaz jasan behar dira. Zergatik eragin behar digu
hotz edo min apur batek? Ausardia psikologiko handiagoa
landu behar da adimena entrenatuz beste min eta
.sufrimendu mota guztien gainera igo arte irauteko
Gorputza haragiz estalitako kaiola bat besterik ez da,
eta bertan bizitzaren txoria denbora mugatu batez bizi da.
Bizitza bera gorputzetik guztiz askea da, baina bizitza
gorputzaren egoera mugatu eta murriztaileei lotuta eta
.mugatuta geratu da, eta horregatik sufritzen du
Esna zauden bitartean, sententzio fisikoen kontzientzia
duzu. Baina loaldian, zure gogoan gorputzetik askatuta
dagoenean, ez zara sententzio horien kontzientzia, baizik eta
.bake sakona bizitzen duzu

Gizakia Jainkoaren irudira sortua denez, gorputzean
bizitzeko gai da, gorputzeko sentsazioetatik guztiz bereizita.
Baina, horren orde, gorputzeko egoerak bere gain hartzen
.ditu eta are errealagoak bihurtzen ditu

Sentsazioetatik libre egoteko, gorputzetik mentalki
banandu behar da Horregatik aholkatzen dute santuek
plazerraren eta minaren transzendentzia psikologikoa, eta
hori praktikaren bidez bakarrik lor daiteke Egia hau neure
buruari frogatu diot eta badakit gehiegizko sentikortasunak
kalte asko dakartzala Zentzumenen eskaerei men egitea da
min eta miseria guztien erroa Jainkoak ez zuen sufrimendua
agindu guretzat Pertzepzio sentsorialak sortu zituen
gidatzeko eta entretenitzeko, eta gorputz fisikoa zentzuz
erabiltzea nahi zuen eta oraindik ere nahi du, ez hainbeste
atxikitzea zorigaiztoko eta zorigaiztoko bihurtzeko Pertsona
batek maskota bat sakonki maite badu, animalia horren
sentsazioei erantzungo die, nahiz eta fisikoki nerbio-
sistemaren bidez konektatuta ez egon. Era berean, gure min
fisikoak gorputzarekiko gehiegizko atxikimendu
psikologikotik sortzen dira

Adimenak gorputzaren gaineko nagusitasun handiagoa
lortu behar du. Zoragarria da adimenaren boterearen bidez
bizi ahal izatea, adimenak eskatzen zaion guztia egin
baitezake. Eta nola bihur daiteke pertsona bat gero eta
gehiago menpeko adimenarengan? Pixkanaka berora eta
hotzera ohituz, koltxoi sendo batean lo egitera eta
.erosotasun ezagunen mendekotasuna murriztuz
Hitz egiten ari nintzela, gaurko tenperatura altuaren
berri ez nuen batere, baina beroa aipatu besterik ez nuen
.egin, sentitzen hasi nintzen
Behin, eguraldi oso beroan hitzaldia ematen ari nintzela.

Gainera, gorputz barruko beroa handitu zitzaidan, gai
espiritualei buruzko hitzaldiak ematen ditudanean gertatzen
den bezala. Nire gogoak esan zidan: "Ezin duzu hitzaldia
."amaitu aurpegi izerditsua garbitu gabe

Zapi baten bila poltsikoan ibili nintzen, baina ez nuen aurkitu. Orduan, begi espiritualari begiratu eta nire buruari xuxurlatu nion: "Ez dago berorik". Berehala desagertu zen bero itogarria eta hitzaldia lasai eta atsegin jarraitu nuen, .freskotasun lasaigarri batekin

Egin gauza hauek zeuk eta ikusi ea esaten ari naizena egia den. Sentikortasunarekin mina areagotu eta askatasun mentalarekin arindu dezakezu. Maite dugun norbait hiltzen denean, gehiegizko atsekabearen ordeztu beharko genuke Jainkoaren nahiaren arabera goi-mailako erreinu batera joan direla, eta Jainkoak badakiela zer den onena haientzat. Eskerrak eman behar dizkiogu Jainkoari haien askapenagatik eta maitasun pentsamenduak eta desio onak bidali, Jainkoari eskatuz onar ditzala eta bere errukia eta faborea eman diezaiela betiko bizilekuan, non ez duten .beldurrik ez atsekaberik izango

Naturala da maite ditugun pertsonen galeragatik atsekabetzea; bestela, ez ginateke gizakiak izango. Hala ere, atsekabearen sentimenduek negatiboki eragiten diete, lurreko eremura zeruko eremura baino hurbilago mantenduz. Gehiegizko malenkonia hildako arimari bake eta .askatasun handiago baterantz aurrera egitea eragozten dio Gaur egungo Lurreko biztanle gehienak ez ziren hemen duela ehun urte. Beste batzuk gure aurretik egon ziren hemen. Eta gu ere ez gara hemen egongo urte gutxi barru. Gure denbora amaituko da, eta etorkizuneko belaunaldiak ez gaituzte gogoratuko. Aitzitik, jendeak orduan sentituko du, guk orain sentitzen dugun bezala, mundu hau haien mundua dela, baina kenduko dietela, eta beraiek ere kenduko dietela, banan-banan. Heriotza gizakiaren beharra izan behar da; bestela, Jainko Errukitsuak ez lioke inori hori gertatzea utziko. Beraz, Jainkoarengan dugun fedea sendotu .behar dugu eta ez dugu heriotzaren beldurrik izan behar Heriotzaren beldur direnek ezin dute beren benetako izaera ezagutu Shakespearek esan zuen: "Koldarrak askotan

hiltzen dira hil aurretik; ausartak behin baino ez du heriotza
."dastatzen

Koldarrak bere egunak angustia psikologiko eta heriotza
geldoan igarotzen ditu. Ausartak azken heriotza baino ez du
bizi, azkar eta minik gabe. Pertsona bat heriotza natural
batez hiltzen bada edo espiritualki aurreratua bada, bere
kontzientzia espirituala gorputza hiltzen denean berehala
esnatzen da, eta existentziaren beste plano batean aurkitzen
da bere burua: sentsazio guztiak dituen plano batean, baina
.gorputzik gabe

Pertzepzioa gogoan oinarritzen da. Heriotzean,
pertsonak bere gorputz fisiko trinkoa galtzen du, eta hau
maila baxuagoko gogoaren irudia da eta arimaren arazo
.guztien kausa

Bi pertsona mota daude: etengabe kexatzen eta
munduko gaitzak deitoratzen dituztenak, eta bizitzako
zailtasunak irribarrez gaitzitzen dituztenak, egoera
kaltegarriak izan arren positibotasuna mantenduz. Ez dago
gauzak oso serio hartu beharrik. Denok positiboagoak eta
harmoniatsuagoak bagina, mundua askoz leku hobea izango
.litzateke orain baino

Zibilizazioaren oihanetan, bizitza modernoaren zailtasun
eta konplexutasunen artean, dago benetako proba. Pertsona
batek egiten duen guztia itzuliko zaio, ongia onagatik eta
gaizkia gaiztoagatik. Besteak gorrotatzen dituztenak
gorrotatuak izango dira trukean. Pentsamendu negatiboz eta
emozio kontrajarriz betetzen direnek beren izaera suntsitzen
eta beren zoriona itzaltzen dute. Haserre sentitzen bazara,
paseatu eta zenbatu batetik hamabostera, edo jarri arreta
zerbait atsegin eta alai batera. Besteek gaizki tratatzen
zaituztenean, ez da zentzuzkoa haiek modu berean tratatzen
saiatzea. Haserre zaudenean, zure burua irakiten duzunean,
zure bihotzeko balbulak sufritzen dituzunean eta zure
gorputza bizitasunik gabe eta nekatuta geratzen denean.
Bidali bake eta ontasun olatuak zure arimaren benetako

izaera, zure baitako irudi jainkotiarra, hobekien adierazten dutenak. Orduan, inork ezingo zaitu astindu edo zure .lasaitasuna asaldatu

Laburbilduz, dena hasten da gogoan. Bekatua gogoaren sorkuntza da. Haur txikiak biluzik ibiltzen dira bekaturik gabe. Dena da garbia gogo garbi eta garbia duenarentzat, baina

Libertino lizunarentzat, dena txarra eta gaiztoa dirudi Pertsona baten ekintzak txarrak badira, bere susmoak) txarrak izango dira, eta imajinatzeraz ohituta dagoena (sinetsiko du

Diziplinarik gabeko gogo batek kaosa sortzen du gure bizitzetan. Zentzumeneren menpeko gogoak dutenak dira gatazka eta gerraren bultzatzaileak, eta injustiziaren eta .iluntasunaren zutabeak

Jainkoak gure arimak zentzumenez hornitutako gorputz hauetan jarri zituen, mundu honetan bizi eta gure esperientzietatik eta besteenetatik ikas dezagun, gure zorientasuna gure inguruko etengabe aldatzen ari diren gertaera eta egoerek baldintzatu gabe. Jainkoak gure desioak kontrolatzea nahi du, gu kontrolatzen utzi beharrean, eta oreka mentala izatea, ez bakarrik dena alaia eta distiratsua denean, baita zailtasun eta oztopoen erdian .ere. Autoezagutzak maisutasun hori ematen digu

Bizitzaren eta heriotzaren dantza ez da inoiz gelditzen, baina gizakiak gaitasun psikologikoa du esperientzia sentensorial guztien gainetik igotzeko eta bizitzaren .kontraesanek eraginik ez izateko

Gizakiak bizitzaren mugak gainditu ditzake gauzak eta gertaerak ikuspegi orekatu batekin ikusten baditu. Horrela eginez gero, beren izaera espiritual menderaezina agerian .uzten dute

Diziplina-etapa honetara iritsi direnak gizateriaren artean errege bezala bizi dira eta aldaketarik edo aldaketen .menpe ez dagoen absolutu infinituarekin bat egiten dute

Yogaren irakaspen espiritualek bizitzaren xehetasunak zehaztasun handiz jorratzen dituzte, nola jokatu behar den zirkunstantzia guztietan irakatsiz. Gizakiak Jainkoaren irudian sortuak dira, baina irudi bedeinkatu horrekin harremana galdu dute eta berraurkitu behar dute beren .baitan

Lur-piloen azpian lurperatutako urre purua urre purua izaten jarraitzen du, bere propietate guztiak mantenduz ezkutatuta egon arren. Aurkitzeko, lurzoruan sakondu eta aurkitu arte bilatu behar da. Era berean, buztin-antzeko ohitura eta lur-sentsazio geruza askok estaltzen dute arima noble eta urreztatua. "Buztin" hau da gizakien arazo psikologikoen erroa, hala nola urduritasuna, beldurra, gorrotoa, inbidia, gutxiagotasun konplexuak eta pertzepzio okerrak, eta beste ezaugarri gaitzesgarri guztien oinarria. Buztin umiliatzaile honetatik libratzeko, gorputzarekiko eta zentzumenekiko egoera mental sendo eta erresilientea landu behar da. Gorputzarekiko atxikimenduak hainbat beldur sortzen ditu. Nire buruan imajinatu ditut mina mota guztiak .eta guztiak gainditu ditut

Jainkoaren irudi garbian sortua dela konturatzeko, beldurra eta haserrea gainditu eta gehiegizko sentikortasuna gainditu behar da. Pertsona batzuk zailak dira atsegin ematen, bizitzako ohitura azalekoek eta xehetasun hutsalek lotatuta eta zamatuta baitaude. Baina adimen sendoa duen pertsona batek esan dezake: "Gaur ohe bigun batean lo egin dezaket eta bihar lurrean; berdin zait". Eta horrela jarraituz, neutraltasun psikologiko honek adimena entrenatzen du, zure aginduei obeditzen eta zure eskaerak betetzeko gai .bihurtuz

Adimena, lagunok, oso engainagarria da. Baina fintzearen bidez, heziketak eta portaera ona ikasten ditu. "Ezin dut janari mota hori gabe bizi" esaten duzunean, adimenak erantzuten du: "Janari mota hori gabe bizitzea ."!ezinezkoa da

Baina zure espirituak arrazoia gainditzen du Baldin eta
esango bazenu, "Ez diot inongo gizakiri edo ezeri utziko ni
esklabo bihurtzen", arrazoiak erantzungo lizuke, baldin eta
adierazpena irmoa bada eta iradokizuna sendoa. Zu zara bai
gogoaren bai gorputzaren jauna; ez izan haien esklabo, ezta
.haien doinura dantzatu ere

Emozioen kateetatik askatzea da bake eta
zoriontasunerako bide bakarra. Edozein direla ere
zirkunstantziak, ahalegindu sentikortasun mingarri guztien
!gainetik altxatzen eta zoriontsu egiten, egin dezakezulako
:Ekialdeko jakinduria testuek diote

Yoga meditazioaren bidez lortzen den barne bake"

"osoaren egoera

Zeinaren bidez arimak pozten den Goreneko Nia
eguerdiko eguzkia bezala distira egiten ikustean
Arimaren ikuspegiak poz handiena hautematen eta
dastatzen duen tokian

Yogia pozten da sekretu ezkutua ezagutzean
Egoera bedeinkatu horretara iristen denak bere burua
zoriontzen du altxorren altxorra aurkitzeagatik

Denboraren traiziotik eta bizitzaren ustekabeetatik

.babestuta dago bere baitan

Egoera hori, yoga bezala ezagutzen dena, tristuratik eta

.minetik askatzeko egoera bat da

Zorionekoak bihotz ausart eta erabaki irmoz horretara

iristeko ahalegintzen direnak

Eta zorionak aurkitzen duenari eta irudimen guztia

.gainditzen duen zoriontasunaz gozatzen duenari

Deskribapenari aurre egiten dio

Bakea izan bedi zurekin

Haserrearen kontrola

Batzuek pentsa dezakete gai hau erraz haserretzen edo

sumintzen direnentzat bakarrik dela. Baina emozio hau

azalean baino askoz sakonagoa da. Pertsona batek

haserrearen kanpoko itxura edo adierazpen bortitza kontrolatzen lor dezake, baina hala ere amorru ezkutua eta erreprimitutako erresumina gordetzen ditu. Haserre hau modu askotan agertzen da: suminkortasuna, suminkortasuna, pazientzia gutxikoa, ezinegona, atsekabea, .inbidia, umore txarra eta zorigaiztoa

Izan ere, denok pairatzen dugu, neurri batean, haserrearen arazoa, kontzientzia-etapa aurreratu batera, estasi espiritual-etapa batera edo lasaitasun-egoerara iritsi .ezean

Haserrea – edozein formatan ere – desio bat betetzeko ezintasunetik sortzen da. Arimak bere iturri jainkotiarrarekin duen loturatik sortzen den barne-pozarik ezean, gizakiak bere desioak betetzen saiatzen da plazer sentsualen bidez, eta plazer horiek berez desatseginak dira, iragankorrak eta .askotan ondorio osasungaitzak direla eta

Desira horiek askotan frustrazioa eta gero haserrea sortzen dute, eta horrek kontzientzia espiritualaren .suntsipena dakar

Haserrea gainditzeko modurik eraginkorrena bere erroko kausa jorratzea da: desioak Zenbat eta desio gehiago izan, orduan eta frustrazio gehiago egongo dira Ezinezkoa da desio guztiak betetzea, irrikak aseeginak eta mugagabeak direlako. Zenbat eta gehiago ahalegindu desio bat betetzen, orduan eta atxikimendu handiagoa izango diogu, eta zenbat eta atxikimendu handiagoa izan, orduan eta handiagoa izango da gure mina gure desioak eta gure irrikak asetuko .lituzkeen horietarako sarbidea ukatzean

Adibidez, naturak gose sentsazioa eman digu, gorputzak janaria behar duenean jakin dezagun. Baina atxikimenduak sentsazio hori areagotzen du eta min psikologiko bihurtzen du. Janaria maite duen norbait hiru egunez jateari uko

egitera behartuta badago —osasun arrazoiengatik edo
arrazoi espiritualengatik izan—, barau hori haserre maila
.batekin batera etorriko da ziurrenik

Bestalde, batzuek egunak jarraian janaritik abstenitu
daitezke janari faltak kezkatu gabe, gorputzaren desioei
.atxikita ez egoteko praktikatu eta lortu baitute

Behin haserrearen erroa desioak direla ulertzen
dugunean, desio horiei modu eraikitzailean aurre egiteko
modu eraginkorrak jakin nahi ditugu. Horretarako hainbat
:ikuspegi daude

Lehenengoa: Nahiak betetzea

Desio sinple eta kaltegabeetarako, ekintza logikoa
betetzea da. Hala ere, arazoa sortzen da desio horiek
.betetzearen ondorioz desio berriak sortzen direnean

Bakea izan bedi zurekin

Bihar hobe izateko plangintza zaindua

Bizitzan zehar helbururik gabe ibiltzen bazara arrakasta
izateko aukeren zain, aukera horiek ziurrenik ez dira
etorriko, eta ez duzu arrakastarik aurkituko. Baina zure
etorkizuna diseinatzen eta zure biharko mapa zure eskuekin
marrazten duzuna bazara, poztu zure helburua lortzeaz, zure
.nahi den helburura iristeko oso gertu zaudelako

Mapa arrakastatsu bat diseinatzeko, lehenik eta behin
zure helburua definitu behar duzu. Zer esan nahi du
arrakastak zuretzat? Zer nahi duzu arrakastatik? Zure
erantzuna ospea, aberastasuna edo desio material berekoien
betetzea bada, frustrazio izugarri eta porrot erabatekora
.zoaz

Arrakasta gehien duten pertsonak denon ahotan
daudenak dira, nahi dutena erosteko eta -maila materialen
arabera- beren arimak nahi duen guztia edukitzeko
gaitasuna dutenak, baina hala ere zoriontasunik ez dutenak!
?Orduan, zergatik jarraitu bide itsu beretik

Ospea eta zorte ona benetako arrakastaren fruituak izan
daitezke, baina ez dira arrakastaren funtsa, ezta ezaugarririk
garrantzitsuenak ere. Izan ere, ez dira batere beharrezkoak
.arrakasta lortzeko

Beraz, zein da helburua? Zer bilatu beharko litzateke
bizitzatik? Helburu bat dago jarraitzea eta ahalegintzea
merezi duena: zoriontasuna. Horrek bizitzaren altxor
ezkutuak une oro ateratzea eskatzen du, bilatzen trebeak
.direnentzat eta altxor horiek non dauden dakitenentzat

Eta jakin ezazu, zoriontasunaren bilatzailea, zure arreta
egunera mugatzen baduzu

Eta zure eguna hitz atseginekin, ekintza onuragarriekin
eta pentsamendu onekin aberasten baduzu

Zure eguna zure lagun leiala eta zure urrezko aukera
izango da

Zure pasaporteia eta bisa etorkizun oparoa eta
.arrakastaz betea izango dira

Beraz, zure etorkizuna planifikatzeko hurrengo urratsa
zure bizitzako egun bakoitzaren edukia arretaz behatzea eta
onuragarria eta positiboa dena gordetzea da. Hori egitean
.huts egiten baduzu, gelditu eta balantzea egin behar duzu

Arrakasta lortzeko, funtsezko elementu hauek hartu
behar dira kontuan, eta horiek gabe ezinezkoa da arrakasta
:lortzea

Goizean esnatzean, ez jaiki ohetik berehala eta hasi
eguneko jarduerak

Tentsioan jarri eta erlaxatu gorputz osoa hainbat aldiz,
pixkanaka energia berreskuratzeko. Eguneroko errutinari
ekin aurretik, hartu denbora pixka bat zure bizitzako egunik
onena izango dela baieztatzeko. Konbentzitu zeure burua,
gertatzen dena gertatzen dela, zure eguna horrela izango
dela. Otoitz eta meditazioarekin hasteak zure
konbentzimendua sendotuko du eta behar duzun indarra
.emango dizu

Sinplifikatu zure bizitza Ez fidatu gizakien
asmakizunetan gozatzeko Plazer laburretara mugatzen
bazara, suminkor, nahasi eta umore txarreko bihurtuko zara
Ez dago telebistari, gaueko bileretara eta oturuntzei
etengabe atxikitzeko beharrik, gizarte-ohitura errotu bihurtu
.baitira

Norbaitek esan zuen behin —eta zein egiazkoak diren
haren hitzak— ez dela gure lanak hiltzen gaituena, baizik eta
gure denbora librea nola ematen dugun! Gehiago biziko zara
—Jainkoak nahi badu— eta bizitzaz gehiago gozatuko duzu
zure bizitza sinplifikatzen baduzu eta gizartearen kateekin
lotzen ez bazara. Bilatu gauza txikietan aurkitzen diren
.pozak

Egin ahal duzun guztia esku artean duzun zeregina
ahalik eta ondoen burutzeko

Zure egungo lanarekin pozik ez bazaude, antsietateak
eta ausazko errendimenduak ez dute ezer aldatuko. Saiatu
egoerari jarrera positibo batekin heltzen, edozein dela ere,
eta bi gauza hauetako bat gertatuko da: edo aukera baliotsu
bat galdu duzula deskubrituko duzu, edo ate berri bat bat-
batean zabalduko da, zure beharretara hobeto egokitzen den

eta zure nahiak betetzen dituen lan bat aurkitzeko aukera
.emanez

Bizitza eman eta jasotzeko etengabeko prozesu bat da

Izan orekatua ematen duzuna baino gehiago ez
.hartzeko, eta ezta hartu gabe ematera mugatu ere

Zabaldu zure ikuspegia

Erakutsi interesa besteen bizitzetan eta jardueretan.

Begiratu zeure buruaz haratago: zure familiari, eta zure
familiaz haratago zure lagunei, eta zure lagunez haratago
pertsona guztiei. Zientziak baieztatzen du osotasun baten
.parte zarela, beraz, ez ahaztu zure buru handiagoa

Orekatu zure bizitza

Egun bakoitzak lana, atsedena, aisialdia, ikasketak eta
hausnarketa izan behar ditu barne. Gorputza, adimena eta
espiritua dituen izakia zara. Elementu garrantzitsu hauek
modu orekatu eta harmoniatsuan landu osasuna, bizitasuna
.eta ezagutza lortzeko

.Irribarre egiteko azkar izan

Zimurtzeko motela

.Laguntzeko gogoak bultzatuta

Itxaroteko eta aldatzeko prest, eta aukeren adi

Egiaztatu kontua egunaren amaieran

Zorionak eman zeure buruari egindako
aurrerapenagatik. Ez zara gau batetik bestera aldatuko,
beraz, ez izan beldurrik akatsei determinazio handiagoarekin
.eta ikuspegi argiago batekin aurre egiteko

Lotara joan aurretik, utzi zure gaiak Jainkoari, jakinda ez
zaituela bakarrik utziko, baizik eta aukerak emango dizkizula

eta ateak irekiko dizkizula ahalegina egiten duzun bitartean
.eta haren laguntza eta gidaritza bilatzen duzun bitartean

Logura sentitzen duzunean eta loak hartu aurretik,
ziurtatu zeure buruari bihar gaur baino hobea izango dela,
.Jainkoaren laguntzarekin

Planifikatzaile zorrotza eta eraikitzaile trebea bazara

Zure maparen xehetasunei eusten badiezu

!Ezinezkoa da huts egitea

Zure sinesmen espiritualak probatzen saiatzean, mundu
berri bat irekitzen da Auto-azterketa ezinbestekoa da zeure
burua eta Jainkoa ezagutzeko Baliteke oso erlijioso sentitzea,
eta zure burua horrekin pozik egotea Baina zure izateak zure
otoitzak erantzun zuzena jasotzen ari direla sinetsita ez
badago, ez dago erlijio-formaltasunik zurekin libratuko
Jainkoaren erantzuna jasotzea zaila izan daitekeen arren,
posible da Zerura sartzeko aukera ziurtatzeko, zure otoitzen
indarra bizi behar duzu, benetan aktibatu ahal izateko

Mutikoa nintzela, erabaki nuen nire otoitzak erantzungo
zirela Jainkoarengana erregutzen nuen bakoitzean.
Irmotasun hori da bidea. Proba orok zure erabakia ahulduko
eta zure borondatea paralizatuko du, baina Jainkoaren
erantzuteko boterea mugagabea da. Iraunkortasunak eta
borondatearen erabilera koherenteak Jainkoaren erantzuna
.ekarriko dute

Ezinbestekoa da adimena fokatzeko modu zuzena
ikastea. Garrantzitsua da, halaber, bakardaderako eta
hausnarketa pribaturako nahikoa denbora izatea. Besteekin
etengabeko elkarrekintzak hazkunde espirituala oztopatzen
du. Jende gehienak belakiak bezalakoak dira; dena
xurgatzen dizute, eta gutxitan jasotzen duzu ezer trukean.
Noski, onuragarria da espiritualki zintzoak eta sendoak diren

besteekin egotea. Pertsona bakoitzak bestearen indarrak,
zintzotasunaz eta borondateaz jabetzen bada, ezaugarri
.espiritual nobleak haien artean parteka daitezke

Ez da denbora galdu behar gauza hutsaletan Jende
askok zentzurik gabeko jardueretan murgiltzen da, eta
horietako bati zer egiten ari zen galdetzen badiozu,
erantzungo dizu: "Denbora guztian lanpetuta egon naiz!"
Baina ia ez dute ezer gogoratzen "lan" horretaz! Gainera,
gehiegizko aisialdiak eta entretenimenduak ongizate
psikologikoa ahultzen dute Egunero filmak ikusten badituzu,
erakargarritasuna galduko dute eta aspertu egingo zara
Filmak berdinak dira, pertsonaia desberdinekin bakarrik:
maitaleak, abenturazaleak, heroiak, gaiztoak eta abar Film
baten istorioa ikustea gustatuko litzaiguke, baina bizitza
gutxitan izaten da horrelakoa

Bizitza izugarri engainagarria da, eta hala heldu behar
diogu. Bere engainuak eta ilusioak lehenik gainditzen ez
baditugu, ezingo diogu inori lagundu. Gogor fokatu baten
bakardadean dago lorpen handi guztien fabrika. Gogoratu
hau. Eta fabrika miragarri honetan, etengabe ehundu zure
borondatearen ereduak oztopo kaltegarri guztiak
.gainditzeko

Etengabe entrenatu eta indartu zure borondatea.
Aukera asko dituzu fabrika honetan egunez eta gauez lan
egiteko, zure denbora edo energia alferrik galtzen ez baduzu
.behintzat

Gauez, munduko eskakizunetatik aldentzen naiz neure
buruarekin bakarrik egoteko, mundutik urrun, nire
borondatearekin bakardadean nire erretiro espiritualean,
non nire pentsamenduak nahi dudan norabidean gidatzen
ditudan eta nire baitan erabakiak hartzen ditudan. Nire
borondatea jarduera osasuntsu eta onuragarrietan aritzeko
bultzatzen dudanean, arrakasta sortzen dit. Modu honetan,

nire borondatea eraginkortasunez erabili dut askotan. Baina hori ez da lortzen borondatearen erabilera etengabea ez .bada

Zein sentsazio zoragarria izango den esan eta baieztatu ahal izatea: "Nire nahiak, nahi unibertsalez blai, nahi dudana ekarriko du!" Jainkoak eman dizun zure nahia erabili gabe, dena jainkozko nahiari uzten badiozu, ez duzu nahi duzun emaitza lortuko. Jainkozko botereak bere kabuz lagundu nahi dizu. Ez dago erregurik edo erregurik egiteko beharrik; aitzitik, zure nahia erabili behar duzu eskatzeko eta eskatzeko —oinordeko legitimo gisa— eta horren arabera jokatu. Zure burutik uxatu behar duzu Jainkoa, bere ahalmenean eta botere transzendentean, zeruan urrun eta ezkutatuta dagoela, eta lur honetako kezka eta zailtasunen artean bakarrik zaudela dioen ideia. Gogoratu jainkozko nahia zure giza nahiaren haratago dagoela, baina botere izugarri hori, ozeano mugagabe bat bezala, ez zaizula iritsiko .zure gogoia irekita eta zure bihotza hartzailea ez badago

Bakea izan bedi zurekin

Pentsamendu obsesiboak gainditzea

Deabruak, edo engainu kosmikoak, etengabe harrapatzen gaitu bere tranpetan, gure ezjakintasuna eta xalotasuna ustiatuz, eta horrela Jainkoaren asmoak oztopatzen ditu. Jainkoak, bere botere kosmiko absolutuarekin, erraz garaitu lezake deabrua, baina nahiago du gizateriak bere adimena, borondatea eta kontzientzia erabiltzea gaizkiaren atzaparretatik ihes egiteko. Zenbat eta gehiago aukeratu zorientasun espiritualak plazer sentsual laburren gainetik, orduan eta gehiago kentzen zaio aurkako indarrari bere botere iluna. Beraz, gure esku

dago Jainkoarekin lankidetzan aritzea Satanas eta bere tranpak gainditzeko.

Pertsona bat alferra, arduragabea edo atzeratzen ari denean, Satanasi laguntzen dio hurbiltzen. Jesusek bere dizipuluei otoitz egiteko eskatu zien: "Eta ez gaitzazu tentazioan sartu, baizik eta askatu gaitzazu gaitzetik". Eta Koran Santuan irakurtzen dugu: "Esan: 'Gizateriaren Jaunarengan bilatzen dut babesa, xuxurlatzaile urruntzen denaren gaitzetik'". Xuxurlatzaile hau ez da guk egina; aitzitik, mundu materialekoa da, eta pertsona guztiak haren menpe daude. Baina Jainkoak geure burua askatzeko aukera eman diezagun, arrazoia, kontzientzia eta borondatea eman dizkigu.

Bekatuzko jardueretarako dugun lehentasunak larritasunean, nahasmenean eta arazo inbidiaezinetan murgiltzea dakar. Gure pentsamendu okerren ondorioz erortzen edo irristatzen garenean, otoitz egin beharko genuke: "Jauna, ez gaitzazu hemen utzi, baina altxa gaitzazu jakinduriaren eta borondatearen indarraz. Eta gaizkiaren atzaparretatik askatu ondoren, probatu nahi bagaituzu, lehenik agertu iezaguzu zeure burua, edozein tentazio baino erakargarriagoa eta arima eta zentzumenentzat atseginagoa zarela edozein limurketa edo obsesio baino kontura gaitzen".

Pertsona batek bere ongizaterako kaltegarriak diren zenbait plazer ukatzeko gogorik ez duen bitartean, Satanasen eraginpean dago eta, lehenago edo beranduago, tentazio sentsual kaltegarriari amore ematearen ondorio latzak jasango ditu. Hala ere, tentazioa edo sedukzioa arriskutsua eta suntsitzailea dela konbentzitura badago, zoriontasun handia

agintzen duelako, baina azken finean damua, atsekabea eta kontzientzia atsekabetua baino ez duelako eskaintzen, orduan Satanas garaitu dezake.

Zalantzarik gabe, tentazioak badu bere xarma. Gure zentzumenak kanpoko mundura zuzenduta daude erabat. Bizi-energiaren korrante bat isurtzen da garunetik nerbioen bidez begietara, belarrietara, sudurrera, mihira eta larruazalera. Organo horien bidez sentitzen ditugun sentrazioak eiekzio-korrante honen ondorio dira, eta horregatik gozatzen dugu sentrazioaz. Horrela funtzionatzen dute zentzumenek. Hala ere, gehiegi gozatzeak bere tranpak eta arriskuak ditu. Pertsona bat ulermenean eta ezagutzen sendo oinarrituta ez badago, eiekzio-energia honek (zentzumen-organoetarantz doana) zentzumenen esklabo bihurtzen du.

Bost zentzumenak bost izpiko foku baten antzekoak dira Argi honen bidez, mundu materiala hautematen eta bizitzen dugu Begiari, belarriari, usaimenari, dastamenari eta ukimenari atsegin zaizkien gauzez goatzera ohitzen gara Zerbait bizitzeko nahia normalean ohitura errotu bihurtzen da Arazoa da jende gehienak ez duela inoiz materiaren atzean ezkutatuta dagoen jainkozko espiritua bizi izan, eta, beraz, ez dute estandarrik zentzumen-pertzepzio atsegin eta zirraragarriak ezkutuko espirituaren zoriontasun deskribaezinarekin alderatzeko Ez dago horrelako konparaziorik egiteko modurik, zentzumen-estimuluak mentalki gainditzen ez baditugu, ezin baitituzte erakarri edo eragin Tranpa hau saihesteko modu bakarra da konturatzea, intelektualki edo esperientzia pertsonalaren bidez, poz eta plazer handiagoak existitzen direla.

Kaltegarriak diren gaiztakeriak saihesteko aginduak eta gomendioak alferrikakoak izan ohi dira, norbaiti zerbait ez egiteko eskatzen dion bezain laster, berehala egin nahi baitu.

Debekatutako fruitua hasieran goxoa eta gozoa da, baina azkenean behazuna bezain mingotsa da. Hala ere, jendeak jasaten duen min guztia gorabehera, ez dute ikasten ezta damutzen ere, gauza berdinak egiten jarraitzen dute, kalte fisiko eta moral handia izan arren.

Zentzumen-esperientzietarako lehentasuna sendotzen denean, ohiturak garuna hartzen du eta despota tirano bihurtzen da, jabeari pasioak askatzeko eta inoiz asetzen edo itzaltzen ez diren desioak asetzeko aginduz, nahiz eta horrek pertsonaren interes gorenekin kontraesanean egon eta bere printzipioekin talka egin.

Baliteke ekintza bat errepikatu nahi ez izatea, baina egitera behartuta sentitzea. Saiatu zeure buruari gainezka egiten ez dion puntura iristen — ohitura kaltegarri eta suntsitzaileen harrapakin eta fantasia ustelen eta obsesio gaiztoen biktima—. Zeure buruaren eta zure patuaren jabe izan behar duzu. Ez utzi inori edo ezeri zu kontrolatzen. Sentsazio jakin bat bizitzeko nahia ohitura ezagun bihurtzen denean, praktika hori utzi egin behar da.

Limonadaren antzeko edari bat oso gustuko nuen. Ikasle batzuek edari freskagarri hori eskaintzen zidaten noranahi joaten nintzen, beraz, beti eskura izaten nuen. Baina egun batean edari horren hornidura agortu zitzaidala konturatu nintzen eta faltan bota nuen, baina esan nuen: "Ai, edari

freskagarria, zure mugak gainditu dituzu, jauna, eta bideak banatzeko garaia da, agur!".

Hurrengo egunean nahita edari horren dosi bat probatu nuen, eta oso txarra iruditu zitzaidan. Horren arrazoia aurreko eguneko pentsamenduak hain indartsuak zirela izan zen, ezen edari horren gogoia berehala desagertu baitzen.

Ez dut galtzen kendu didaten ezer, ezta borondatez ezer uzten ere. Ez nago lotu ezinik erosotasun fisikorik. Bizitzako esperientzia guztiak atxikimendurik edo mendekotasunik gabe nabigatzeko gai izan behar dugu. Egia esan, autokontrola duen pertsona mundu materialean zehar mugitzen da zentzumen diziplinatuekin, pasio mota guztietatik libre, eta barne bakea lortzen du.

Ondo dago bitartekoak eta erosotasunak edukitzea, baina pertsona batek zenbat eta gehiago sentitu behar duen luxu beharrezkoak ez diren gauzak eskuratzeko, orduan eta gehiago giltzapetzen du bere burua morrontza egoeran. Beren borondatea eta bereizmena zentzumen-loturen kateen menpe geratzen direnean, kontzientzia espiritualak galtzen dute eta ez dira gai kontzientzia maila altuagoekin konektatzeko. Profetek eta santu zuzenek bizitza xumea izan zuten, baina pozik eta asebeteta zeuden beren bizimoduarekin. Zoriontsu bizi ziren eta hala jarraitzen dute Jainkoarekin zeruan. Ezjakintasunaren uztarripean bizi direnei dagokienez, desioen presioen menpe, egoera horretan jarraituko dute bizitzaz bizitza, lurreko tentazioei eta distrakzioei aurre egin arte.

(Gure benetako zoriontasunari ezerk ez diezaion kalterik egin Haserrea, jaletasuna, gutizia,

diruzaletasuna, inbidia, gehiegizko sexu-kitzikapena, alkohola eta drogak bezalako emozio suntsitzaileak kaltegarriak dira gizakien osasunerako eta adimenerako, poz espiritualak bizitzea eragozten baitute. Zentzumenak ez dira gaizki erabili behar gehiegizko indulgentziaren bidez zoriontsu izan nahi baduzu. Esperientzia sentensorial osasungaitzak.)

Babestu zeure burua jakinduriaren gotorlekuan, bera baita babeslekurik handiena. Benetako ulermenak menderaezina bihurtuko zaitu, ezerk ez zaitzan kalterik egin. Baina jakinduria lortu ezean, norberaren lehen betebeharra ekintza edo bulkada konpultsiboa gelditzea da, pentsamendu obsesiboak sortzen direnean. Orduan bakarrik pentsa daiteke gaiari buruz zentzuz eta pentsakor. Lehenik pentsatzen saiatzen bada, behartuta egongo da eta norberaren borondatea menperatuko da egin nahi ez duena egitera, pentsamendu obsesiboek gogoaren kontrola hartuko baitute eta norberaren ikuspegia itsutuko baitute.

Halako egoeretan, esan behar da: "Ez dut heriotza egingo, lotsa baino gehiago", eta egoera edo lekua zalantzarik gabe utzi. Hau da Satanas zitalaren amarruetatik ihes egiteko modurik ziurrena eta eraginkorrena. Zenbat eta gehiago landu erantzunik ezaren indar hori tentazio satanikoen erasoaldian, orduan eta handiagoa izango da norberaren zoriona, benetako poza kontzientziak agintzen digun eta hurbiltzea edo konprometitzea debekatzen digun hori egiteko gaitasunean datza.

Ez utzi zure inguruneak edo desira sentetsuak zure borondatea hausten edo kontrolatzen, lagun maitea. Jakin ezazu bertutea eta bizitza espiritualak

askoz ere sublimeagoak direla lizunkeria murgiltzea baino. Tentazioaren kateek jendea eskuak eta oinak lotzen dituzte; ez utzi zu lotzen. Jainkoari otoitz egingo bazenio bere maitasuna dastatzen uzteko, behin bakarrik bada ere, eta maitasun jainkotiar gorena biziko bazenu, ez zenuke beste ezer nahi izango ondoren, eta desira xumeek ez lukete zure gogoa eta bihotza hartuko.

Jainkoa unibertsoko erakargarririk handiena eta altxorrik handiena dela konbentzituta zaudenean, beste ezerk ez zaitu tentatuko edo zure bereizmen-ahalmena gaindituko.

Jainkoa ezagutzea da asmo gorena eta eskaera maiteena, betiko zoriontasuna baita, amaierarik gabekoa! Jainkoa nahi izan behar dugu, bera baita gure min eta gaitz guztien sendagai sendagarria eta sendagai eraginkorra, eta bera baita gure behar guztien benetako erantzuna.

Gure bihotzek irrikatzen, erretzen eta negarrez dabilten guztia —maitasuna, ospea, jakinduria, aberastasuna eta beste guztia— zoriontasun eta aberastasun itsasoarekin harmonia espiritual perfektuaren bidez aurkitzen dugu.

Heriotza izango da pertsona baten estatus eta ospearen kontzientziaren amaiera, mundu honetako pertsona ospetsuena eta eraginkorrena izan arren, eta ez dute jakingo jendeak gurtzen dituela. Baina profetek eta pertsonaia handiek, mundu hau utzi ondoren ere, sakonki ezagutzen dituzte jarraitzaileek haiekiko duten maitasuna, haien kontzientzia Jainkoaren kontzientziarekin bat egiten duelako, Dena Jakiten duena, existentziaren atomo guztietan bizi dena, bai ikusgaietan bai ikusezinetan.

Beraz, zergatik lan egin eta ahalegindu mundu hau uztean galduko duzun zerbait lortzeko?

Dirua, ospea, prestigioa, estatusa, desioen asebetetzea eta erosotasun materiala aldi baterako eta mugatuko gauzak dira, eta ez dute ordezkatzeko Jainkoaren espiritu eta argiarekin harmonia sakratuaren benetako poza.

Tentazioa indartsua da gizakiek ez dutelako gaitasunik hura hobea denarekin alderatzeko

Tentazioaren haizeak jotzen duenean, zure ulermena aldi baterako desioen eta ohituren gatibu geratzen da. Baina askatasunerako biderik gorena Jainkoaren agortezin eta amaigabeko pozan murgiltzea da, eta horrela erraz ihes egingo duzu tentazioaren magnetiko ikusezinaren atzaparretatik, bere ondorio lazgarriekin, konturatuz gozamen espiritualak munduko plazerrak baino sublimeagoak direla eta arimaren izaerarekin bat datozenak.

Benetako poza aurkitzen baduzu bizitza honetan, orain eta baita hemendik aurrera ere izango duzu. Aukera zurea da, bilatzaile: Jainkoaren betiko zoriona, orain lor dezakezuna munduko plazer batzuk ukatuz, edo munduko zoriontasun laburra? Zure gogoa egia altuagoetara irekitzen denean eta zure bihotza argiaren distiraren aurrean irekitzen denean, bien arteko aldea ezagutuko duzu eta onena aukeratuko duzu.

Jainkoak goraino iristeko eta gailur espirtualetara igotzeko egiten duzun ahalegin oro nabarituko du, eta saririk onenarekin sarituko zaitu.

Ez pentsa, lagun, bekataria zarela Jainkoaren irudi garbia zara Bekataririk handiena izan arren, ez du axola, zure bide okerra aldatuz damutzen bazara eta berriro ez bertara itzuliz Bertutearen bideetan ibiltzea erabaki baduzu, ez zaude bekatarien artean.

Bekatari bat ere, bere bide okerrak alde batera utzi eta Jainkoa bakarrik gurtzen duen benetako debozioz, justuen artean egon daiteke. Bere erabaki espiritualaren bidez, bertutetsu bihurtuko da, jakindurian eta ezagutzan haziko da, bake santu amaigabea lortuko du eta Jainkoaren babesa, segurtasuna eta babesa gozatuko ditu.

Pasa orri berri bat eta gogorarazi zeure buruari beti izan zarela ona eta oker zeundela amestu besterik ez zenuela egin. Jainkoaren bihotza zabala da, eta bere atea beti dago zabalik beren bizitzak hobera aldatu nahi dituzten fededunentzat. Gaizkia amesgaizto ikaragarria edo arimaren izaera puruarekin loturarik ez duen amets beldurgarria da.

Tentazioa pozoiz gozoa edo ezti pozoitsua bezalakoa da, zapore goxokoa, baina odolean isurtzen da eta gorputzeko organoak suntsitzen ditu, beraz, hobe da hartatik urrun egotea.

Jendeak mundu honetan bilatzen eta bilatzen duen zoriontasuna ilusiozkoa eta iragankorra da. Jainkozko poza betierekoa eta betikoa da. Irauten duena irrikatu eta iraunkortasunik ez duten mundu honetako plazer eta plazer iragankorrak baztertu erabakitasunez. Perspektiba hau izan behar duzu. Ez utzi munduak bidetik eramaten edo bere makilarekin gidatzen, eta ez ahaztu inoiz Jainkoa dela egia bakarra. Benetako zoriontasuna jainkozko presentzia

sentitzean eta haren poz gaindikoa bizitzean bakarrik aurki daiteke.

Gizakia ezjakintasunaren ametsetan murgilduta dago, gaixotasunaren, atsekabearen eta pobreziaren atsekabeak jasaten dituela imajinatuz. Jainkoaren gizon handienetako batek otoitz egiten ari zela, bat-batean oihu egin zuen: "Uste nuen nik bakarrik bizi nintzela egitura fisiko honetan, baina orain izaki betierekoa ikusten dut bertan agertzen. Ego txiki hau, haragi eta hezur sorta bat baino ez dena, ez naiz ni. Absolutu infinitua da nire gorputzean bizi dena. Nire nia osoa da, eta hari ematen diot nire leialtasun handiena".

Ezagutza hori egunen batean bilatzaile zintzo ororengana iritsiko da, eta ez dute gehiago beren burua izaki hilkortzat hartuko, gizon edo emakumetzat. Aitzitik, jakingo dute jainkotasunaren irudian moldatutako arimak direla. Jainkoaren erreinua gizateriaren baitan dago, eta espiritu gorena haien izatearen baitan bizi da.

Arima gorputzari lotuta dago desioen, tentazioen, arazoen, kez karen eta beldurren kate batez, eta bere burua askatzen saiatzen da. Gorputzaren kontzientziari lotzen dion kate horretatik tiratzen jarraitzen badu, jainkozko eskuak egunen batean esku hartuko du eta kate hori moztuko du, eta arima askea izango da.

Bake espirituala nahi dutenek tentazioetatik eta atsekabeetatik babestu behar dute beren burua Jainkoaren ulermen eta hausnarketa sakonaren bidez. Jainkoa axolagabe direnek, unibertsoaren eta bertan dagoen guztiaren Sortzaile gisa aitortzen ez dutenek,

ez dute haren presentzia bizitzen ezta haren argia ikusten ere.

Meditazioa behin eta berriz gogoraraztea da ez garela gorputz fisiko mugatua, baizik eta jainkozko espiritu absolutu eta librea. Meditazioa norberaren benetako nia kontzienteki gogoratzea eta nortasun faltsua ahaztea da. Printze mozkor bat auzo xume batera joango balitz eta, memoria eta bere benetako nortasuna aldi baterako galtzeagatik, bere egoera negarrez eta deitoratzen hasiko balitz, esanez: "Ai, zein pobrea naizen eta zenbat laguntza behar dudan!", bere lagunak barre egingo liokete eta esango liokete: "Esnatu eta gogoratu printzea zarela, Zure Altesa!".

Era berean, gizakia engainu eta engainu egoeran dago. Uste du hilkor babesgabea dela, borrokan eta lanean ari dela, kezka-uhinek norabide guztietan astinduta. Garaia da esnatzeko eta bere buruari ziurtasun osoz baieztatzeko espiritua dela, mundu honetako aldaketen eta eraginen menpe ez dagoela, nahiz eta basatiak eta beldurgarriak izan. Konturatu behar du bedeinkatutako espiritu jainkotiarren txinparta bizia dela, eta bere funtsa zoriontasun hutsa eta gainezka dagoela. Pentsamendu hauek behin eta berriz errepikatzen baditu, gau eta egun, azkenean ulertuko du bere benetako izaera: espiritu hilezkorra.

Sedukzio, gutizia, jendearekiko eta ondasunekiko atxikimendua, zentzumenen menpekotasuna, izaera espiritualaren ezjakintasuna, alferkeria eta bizitza monotono eta mekanikoa dira zoriontasunaren etsairik gogorrenen artean.

**Egin itzazu zure betebeharrak gogoa
kontenplazioaren eremuetan loratzen eta hazten ari
den kontzientzia sakratuan sendo errotuta, eta
orduan benetan zoriontsu izango zara, ez ilusioetan,
eta bizitza duinaz gozatuko duzu.**

**Meditatzen hasi nintzenean, ez zitzaidan inoiz
bururatu hainbesteko poza biziko nuenik. Baina
egunak aurrera joan ahala, nire bakea handituz eta
nire zoriona handituz joan zen meditazioaren
itsasoetan sakonago murgildu nintzen heinean.**

**Pertsona bat daraman bizitzaz nazkatuta badago,
baina ondasun gehiagorekin eta esperientzia
sentsorial berrien nahiarekin betetzen jarraitzen
badu, bide oker eta bihurri batean dago eta
norabidea aldatu behar du. Pentsamendu obsesiboen
eraginpetik ihes egiteko modurik ziurrena bizitza
sinple eta natural bat bizitzea da —mugarik eta
konplikaziorik gabe—, Jainkoarekin harmonian.**

Zergatik bizi dira gizakiak bizitza ez-naturalak?

**Zergatik bilatzen du hain etsi-etsian eta bihotz-
hautsirik munduak jada eman ezin dion zoriontasuna?**

Bizitza, lagunok, oso preziatua da

**Egunero Jainkoari otoitz egiten diot: "Nire
ondasun guztiak kendu nahi badituzu, izan bedi zure
nahia, eta ez diot zure epaimenari eta jakinduriari
aurka egingo, badakidalako niretzat onena nahi
duzula. Saiatuko naiz besteak atsegin ematen, baina
zure plazerra, Jauna, lehenesten dut, eta hori da nire
azken helburua bizitza honetan".**

**Horrela otoitz egiten duzunean, proba eta desira
asko jasan ditzakezu, baina pasio zital eta desira**

okerrei aurre egiten jarraitzen baduzu, Jainkoa zuregana hurbilduko da eta bere bedeinkapenak emango dizkizu. Bere presentzia zure bizitzako negatibotasun guztia kentzen eta zure arima erabat garbitzen duen uholde amorratu baten antzekoa dela ikusiko duzu.

Desira xumeetatik bere burua mugatzen duenak desira sentsualak denbora laburrean gutxitzen direla ikusiko du, irrika eta irrika bakarrik utziz. Baina Jainkoaren argia ikusten eta haren presentzia bizitzen duena arimaren izaeraren aurkako desira guztietatik askatzen da.

Jainkoaren argiarekin uxatu dezagun iluntasuna

Garaitu ditzagun ideia txarrak onekin

Gainditu dezagun meditazioaren bidez jainkozko erakarpen gorena aurkitzeko tentazioa.

Hau da nahasmendu obsesibo-konpultsiboaren aurkako armarik onena eta eraginkorrena

Zure borondatea gaiztakeriaren eta eragin zikinaren biktima dela sentitzen duzun bakoitzean, itxaron Jainkoarengan eta bilatu haren laguntza, pentsamendu txar guztiak uxatzen eta arima poz, jakinduria, bake eta ziurtasunez betetzen duen haren presentzia bedeinkatua sentitu arte.

Bakea izan bedi zurekin

Planeten eragina gainditzea

Nire irakasleak egun batean esan zidan:

"Zergatik, Mukunda (Paramhansa), ez duzu besoko planetario bat lortzen?"

"Beharrezkoa al da hau niretzat, irakasle? Ez dut astrologian sinesten" esan nuen.

Honek erantzun zuen: "Kontua ez da fede kontua, baizik eta pertsona batek hartu beharko lukeen zientzia-jarrera zuzena gai hori egia den ala ez da. Grabitatearen legeak Newtonen aurretik bezain eraginkortasunez funtzionatzen zuen haren ondoren. Unibertsoaren legeen funtzionamendua gizakien onespeneraren menpe egongo balitz, kaosa eta desordena nagusituko lirateke".

"Txarlatanoek astrologiaren zientzia zaharra egoera lotsagarri honetara eraman dute. Astrologia zientzia zabala eta aberatsa da, bai matematikoki bai filosofikoki, ezagutzen sakonki adituak eta zientzian oinarri sendoak dituztenek bakarrik uler dezaketena. Ezjakinak zerua irakurtzean eta interpretatzean huts egiten badute eta hitz ulergarrien orde (marrazkiak) ikusten badituzte, hori espero izatekoa da mundu inperfektu eta akastun honetan, eta ez da jakinduria xahutu behar beren burua 'jakintsu'tzat hartzen dutenekin".

Nire irakasleak jarraitu zuen, esanez:
"Unibertsoaren atal guztiak estuki lotuta daude eta elkarren artean elkarreragiten dute. Unibertsoaren erritmo erregularra eta orekatua trukean edo eman eta hartu-eman oinarritzen da. Gizakiak, bere giza forman, bi indar multzori aurre egin behar die: lehenengoa lurra, ura, sua, airea eta eter elementuen nahasketaren ondorioz sortzen den barne-nahasmendua da, eta bigarrena, usteltze naturalaren kanpoko indarrak. Gizakia bere existentzia

hilkorrarekin gatazkan dagoen bitartean, lurrean eta zeruan gertatzen diren milaka eraldaketak eragiten diote".

Astrologia gizakiek planeta-eraginei ematen dieten erantzunaren azterketa da. Izarrek ez dute kontzienteki onginahirik edo gaizkinahirik, baizik eta erradiazio positiboak eta negatiboak igortzen dituzte. Erradiazio hauek berez ez diote ez mesederik ez kalterik egiten gizateriarentzat, baina gizakiek iraganean sortu dituzten kausak eta efektuak orekatzeko kanpoko prozesurako bide zilegi bat eskaintzen dute.

"Haur bat egun eta ordu zehatz batean jaiotzen da, zeruko izpiak bere karmarekin edo bere iragan pertsonalarekin bat datozenean matematikoki. Bere zodiako-taula bere iragan aldaezina eta etorkizuneko emaitza posibleak iragartzen dituen irudi zehatza da. Baina jaiotza-taula hau ikuspegi gero eta handiagoa dutenek bakarrik irakurri edo interpretatu dezakete, eta horiek arraroak dira".

"Jaiotzean horizontean zehar argi eta garbi zabaltzen den mezua ez da patua aitortzeko - iraganeko ekintza on edo txarren emaitza -, baizik eta giza borondatea bultzatzea eta esnatzea bere lotura kosmikotik ihes egiteko. Pertsona batek lotu duen guztia askatu daiteke, eta bera bakarrik da arduraduna bere bizitza kontrolatzen duten inguruabar horiek sortzeaz, haien izaera edozein dela ere. Eta kausa eta inguruabar horiek sortu zituenez, muga guztiak gainditzeko gaitasuna du bere baliabide espiritualei esker, zeinak ez baitira planetaren presioen menpe dauden."

"Astrologiarekiko beldur superstiziosoak pertsona automata bihurtzen du, otzan eta apalki gidaritza automatikoaren menpe dagoena. Pertsona jakintsuak planetak konkistatzen ditu, hau da, bere iraganetik ihes egiten du sorkuntzatik Sortzaileari leialtasuna emanaz. Zenbat eta gehiago konturatzen den jainkozko espirituarekin duen batasuna, orduan eta gutxiago dago materiaren esklabo. Giza espiritua betiko librea da, ez da hiltzen jaio ez delako, eta bere patua ezin da planetei eta izarrei lotuta egon edo haien eraginpean egon".

"Gizakia gorputza duen arima bat da. Bere buruaren funtsa benetan ulertzen duenean, atzean uzten ditu eredu eta eredu koertzitibo eta zapaltzaile guztiak. Baina nahasita jarraitzen badu eta memoria espirituala falta bazaio, ingurumenaren eta naturaren legearen mugapen ezkutuen menpe egongo da".

"Jainkoa harmonia eta akordioa da, eta berarekin bat datorren gurtzaileak ez du gaizki jokatu, baina bere jarduera guztiak zeruko legeen arabera izango dira modu zuzen eta naturalean, eta otoitz eta meditazio sakon baten ondoren, jainkozko espirituarekin duen lotura sentituko du. Ez dago barne babes hori baino botere handiagorik".

Seri Yuktsuar jaun agurgarriaren azalpenak ulertzen saiatu nintzen, eta isilune luze baten ondoren esan nuen: "Orduan, zergatik nahi duzu, jaun maitea, eskumuturreko hau janzte?"

Irakasleak erantzun zuen: "Bidaiaariak bere helmugara iristen denean bakarrik du justifikazioa norabideak eta mapak alde batera uzteko. Baina bidaian zehar, lasterbide egoki guztiak aprobetxatzen saiatzen da. Antzinako jakintsuek modu eta bitarteko

asko asmatu zituzten gizakiaren alienazioaren iraupena ilusio eta engainuaren munduan laburtzeko. Karmaren legean badaude jakinduriaren hatzek trebetasunez doi ditzaketen ezaugarri automatiko batzuk".

"Gizakiaren gaitz guztiak lege unibertsala urratzetik datoz. Eskritura Santuek gizakiari naturaren legeak betetzea aholkatzen diote, Jainkoaren ahalguztiduntasunean konfiantza osoa mantenduz. Bere betebeharra hau esatea da: 'Jauna, zukan konfiantza dut eta badakit lagun diezadakezula, baina nire akatsen ondorioak desegiteko ahal dudan guztia egingo dut'. Hainbat bitartekoren bidez —otoitza, borondatea, yoga meditazioa, jakintsu eta santuekin kontsultatzea eta eskumuturreko astrologikoak erabiltzea—, iraganeko eragin kaltegarriak arindu edo guztiz neutralizatu daitezke."

"Etxe bat tximistaren kolpeak xurgatzeko kobrezko haga batez hornituta dagoen bezala, giza gorputzak ere babes neurri desberdinez baliatu daiteke. Erradiazio elektriko eta magnetiko gardenak etengabe mugitzen ari dira unibertsoan zehar eta giza gorputzean eragiten dute, onerako edo txarrerako. Antzinatek, gure jakintsuek eragin kosmiko sotilen ondorio kaltegarriei nola aurre egin hausnartu dute. Metal puruek planeten erakarpenei negatiboari aurre egiten dioten izpi planetarioak igortzen dituztela aurkitu dute. Landare-konposatu batzuk onuragarriak direla ere frogatu da. Elementu eraginkorrenak harribitxi puruak eta akatsik gabekoak dira, bi kilate baino gutxiago pisatzen dutenak. Astrologiaren erabilera babesgarri praktikoek gutxitan jaso dute arreta Indiatik kanpoko

ikertzaileen aldetik. Egia sinple eta ziur bat da harribitxi, metal edo landare-prestaketa egokiak ez direla baliozkoak pisu egokia ez badute, baldin eta sendatzeko agente horiek azalarekin kontaktu estuan aplikatzen badira."

Esan nuen: «Jauna, zure aholkua jarraituko dut eta eskumuturreko bat erosiko dut, baina zeruko gorputzak gainditzearen ideiak harritzen nau!».

Sri Yuktiswarrek jarraibide zehatzak gehitu zituen, esanez:

"Oro har, urrezko, zilarrezko eta kobrezko eskumuturreko bat gomendatuko nuke, baina zure kasuan zilarrezko eta berunezko eskumuturreko bat erostea nahiko nuke"

Nik esan nion: «Jauna, zer helburu duzu zehazki?»

Irakasleak erantzun zion: "Planetek jarrera desatsegina hartzeko prestatzen ari dira zurekin, Mukanda. Baina ez izan beldurrik, jainkozko probidentziak babestuko zaitu eta. Hilabete barru, gibealeko nahasmendu larriak izango dituzu. Gaixotasun honek sei hilabete iraun behar du, baina eskumuturreko planetarioa erabiliz, denbora-tarte hori hogeita lau egunetara murriztuko duzu".

Hurrengo egunean bitxigile bat bilatu eta azkar lortu nuen eskumuturrekoa, eta jarri nion. Nire osasuna hain ona zen, ezen Serampur utzi eta Varanasi bisitan joan zen nire irakaslearen profezia ahaztu bainuen. Gure elkarrizketaren hogeita hamar egunera, bat-bateko mina sentitu nuen gibelean. Hurrengo asteak amesgaizto ikaragarria izan ziren, min izugarria emanaz. Nire irakaslea gogaitu nahi ez

nuenez, uste nuen nire proba bakarrik jasan nezakeela, pazientziaz eta ausardiaz. Baina hogeita hiru eguneko tormentuaren ondoren, nire erabakia ahuldu egin zen, eta trenez bidaiatu nuen Varanasira, non Sri Yuktiswarrek berotasun apartekoarekin hartu ninduen. Hala ere, ez zidan aukerarik eman nire egoera okertzen ari zela kontatzeko pribatuan. Deboto askok bisitatu zuten egun hartan bere bedeinkapena jasotzeko. Gaixorik nengoenenez, txoko batera erretiratu nintzen. Gonbidatuak ez ziren joan afalostean arte, nire irakasleak bere etxeko terraza oktogonalera deitu ninduenean. Niri hitz egin zidan, urrutira begira eta aurrera eta atzera ibiliz, batzuetan ilargiaren argia estaltzen:

"Uste dut gibealeko gaixotasunagatik etorri zarela. Hogeita lau egunez minez egon zara, ezta?"

Nik erantzun nion: «Bai, jauna».

Esan zuen: "Mesedez, egin irakatsi dizudan sabeleko ariketa".

Nik erantzun nion: «Jauna, nire sufrimenduaren neurria jakingo bazenu, ez zenidake ariketa fisikoa egiteko eskatuko». Hala ere, saiakera txiki bat egin nuen haren aginduari men eginez. Irakasleak galdezka begiratu zidan.

"Mina sentitzen duzula diozu, eta nik minik ez dagoela esaten dut. Nola izan daiteke kontraesan hau?"

Zorabiatu egin nintzen, eta gero zorientasun sentisazio batek hartu ninduen, eta ez nuen gehiago sentitzen hainbeste astez loaren bedeinkapena kendu zidan etengabeko tormentua. "Sri Yuktsur" hitzak

aipatze hutsarekin, mina erabat desagertu zen, inoiz existitu ez balitz bezala.

Esker onez haren oinetara makurtzen hasi nintzen, baina gelditu eta esan zidan:

"Ahaztu hori. Jaiki eta gozatu Ganges ibaiaren gaineko ilargiaren edertasunaz". Irakaslearen begiak poz-pozik zeuden isilik haren ondoan nengoela. Bere jarreratik ulertu nuen Jainkoak sendatu ninduela sentitzea nahi zuela, ez berak.

Eta gaur egun arte, zilarrezko berunezko eskumuturreko astun bera daramat egun hartako oroigarri gisa, benetan aparteko eta aparteko pertsona batekin bizi nintzela konturatu nintzeneko oroitzapen maitea. Geroago, nire lagunak Sri Yuktiswarrengana eramaten nituen sendatzera, eta beti gomendatzen zuen bitxiak edo eskumuturrekoak erabiltzea, planetaren jakinduria praktikatzeko erabiltzea goraipatuz.

Txikitatik, astrologiarekiko nazka sentitu nuen bi arrazoiengatik: lehenik, astrologiarekin obsesionatuta zeuden asko erresignazioz eta menpekotasunez ikusteagatik, eta bigarrenik, familiako astrologoak egindako profezia batengatik: "Hiru aldiz ezkonduko zara eta bi aldiz alargun geratuko zara". Denbora luzez pentsatzen nuen honetan eta hirukoitzeko ezkontzaren aldarean sakrifiziozko bildotsa bezala sentitzen nintzen. Egun batean, nire anaia zaharrenak, Ananta-k, esan zidan:

"Zure patua onartzea komeni da, zure horoskopotaulak dagoeneko erakutsi baitu zure lehen urteetan etxetik ihesi Himalaiara joango zarela eta itzultzera

behartuta egongo zarela. Era berean, zure ezkontzei buruzko profezia beteko da."

Gau batean, profeziaren gezurra sumatuz, dorrearen mapari su eman eta errautsak gutun-azal batean sartu zituen, eta bertan hau idatzi zuen: "Iraganeko karmaren haziak ezin dira ernetu jakinduria sakratuaren suak erretzen baditu". Ondoren, gutun-azala leku ikusgarri batean jarri zuen. Anantak erronka lotsagarri hau irakurri eta iseka egin zuen, esanez:

"Ezin duzu egia suntsitu paper zati hau erre duzun bezain erraz"

Izan ere, gizontasunera iritsi baino hiru aldiz lehenago, nire familiak nire konpromisoa antolatzen saiatu zen, eta nik uko egin nion aldi bakoitzean, jakinda Jainkoarekiko maitasuna iraganetik soberan nituen munduko edozein gogoeta baino indartsuagoa zela. Beti hausnartu nituen nire irakaslearen hitz jakintsuak:

"Zenbat eta gehiago sakondu pertsona batek bere burua ezagutzen, orduan eta handiagoa izango da unibertso osoan duen eragina bere bibrazio espiritual gardenen bidez, eta, aldi berean, orduan eta gutxiago eragingo diote kanpoko gertakariak"

Batzuetan astrologoei eskatzen nien nire garairik txarrenak planeten lerrokatzeen arabera iragartzeko, baina hala ere, garai horietan buruan nuena lortzeko gai nintzen. Egia da une horietan nire arrakasta zailtasun apartekoz beteta zegoela, baina nire konfiantza ondo oinarrituta zegoen. Jainkozko probidentzian eta borondatearen erabilera egokian nuen fedea —Jainkoak gizateriarentzat emandako

oparia— indar ikaragarria da, planetetatik eta izarretatik datozen uhin etereoak baino askoz handiagoa.

Konturatu nintzen izarrek jaiotzean erregistratzen dutenak ez duela esan nahi pertsona bat bere iraganaren txotxongiloa denik. Aitzitik, eragin planetarioak hazkuntzarako katalizatzaileak dira. Zeruko gorputzek pertsona baten borondatea esnatzeko lan egiten dute, muga guztietatik askatzeko. Jainkoak gizaki bakoitza arima bakar eta hornitu batekin sortu zuen, eta, beraz, pertsona bakoitzak funtsezko zeregina du sorkuntza orokorrean, laguntza edo menpekotasuna izan. Giza salbazioa ez dago kanpoko garaipenen mende, baizik eta barneko garaipen espiritualen mende.

Iturria: Yogiren oroitzapenak - Autobiografia bat (Indiako filosofia yogi baten bizitzan) Paramhansa Yoganandaren eskutik

aurrerapen espirituala

Paramhansa Yogananda maisuaren irakaspenetatik

Gaur egungo munduari begiratzen diogunean, bere arazo, konplexutasun, nahasmen, asaldura, ezjakintasun eta gatazka guztiekin, zaila da sinestea gizateria garapen eta aurrerapen etapa berri batean sartu dela. Hala ere, gizateriak atzean utzi ditu aro gogor eta materialistak, eta aurrerapauso azkar eta zabalak eman ditu bere goranzko bilakaeraren fase berri honen atarian.

Aro atomiko honetara gero eta hurbilago gauden heinean, Aro Ilunean ezezagunak ziren naturako indar asko aurkitu eta aprobetxatzen ari dira orain, komunikazio globalaren erritmoa eta medikuntzan,

nekazaritzan, garraioan eta beste arlo batzuetan aurrerapena bizkortzen lagunduz.

Izan ere, gaur egungo baliabide teknologikoek erabat aldatu dute eguneroko bizitzaren egitura, ezagutzen dugun eta ezagutzen dugun bezala.

Baina gizateriak jasan dituen aro ilunak eragin handia eta orokorra dute oraindik ere jendearengan. Horregatik, gizakiek metodo zientifiko aurreratuak erabiltzen dituzte, ez bakarrik onerako, baita oinarrizko sen materialistak elikatzeko eta indartzeko ere, hala nola berekoikeria, suntsipena eta gutizia. Horrela, aro ilunaren eragina urte askotan iraungo du.

Aro berri honek erosotasun asko eman ditu metodo eta tresna teknologiko aurreratuei esker, eta, gainera, lehen eskura ez zegoen denbora librean eman die jendeari. Aro Ilunenean, jendeak esna dagoen une oro eta energia guztia oinarrizko beharrak asetzeko eta bizirik irauteko erabiltzen zuen. Biztanleriaren zati oso txiki batek baino ez zuen denbora nahikoa helburu handiagoei eskaintzeko.

Orain - behintzat herrialde industrializatueta - denak dira kategoriatu horretan Baina zer egiten du jendeak bere denbora librean eta aisialdian?

Bizitzaren helburua ezagutzen ez dutenez, denbora eta energia alferrik galtzen dituzte entretenimendu amaigabeen. Mendebaldeko pertsonak, batez beste, astean ia berrogeita hamar ordu ematen ditu telebista ikusten. Imajinatu zenbat zoriontsuagoa izango litzatekeen jendea eta zenbat hobe izango litzatekeen mundua ordu luze horiek jardura espiritual emankorretan emanez gero!

Meditatzen dutenek beren denbora zentzuz eta eraginkortasunez erabiltzen dute Zoritxarrez, jende gehienak Jainkoarengandik eta haren legeetatik aldendu da.

Horregatik dago mundua egungo egoera tamalgarrian. Segurtasun, oparotasun eta bake mundu batean bizitzea nahiko genuke. Baina mundu nahasi batean bizitzeak ere baditu bere ikasgaiak hausnartzen dutenentzat. Egoera zail eta mingotsek gogorarazten digute mundu hau ez dela gure etxe iraunkorra. Benetako segurtasuna eta babesa ez daude kanpoko munduan, eta horregatik, Jainkoa bilatu eta bere babesa eskatu behar dugu.

Bake eta oparotasun garaietan, langabeziarik edo ingurumen arazorik ez dagoenean, jendea "frustrazio lasai eta errespetatuan" bizi da, Thoreau filosofoak esan zuen bezala. Zergatik? Oparotasun hori gorabehera, jendeak gose espirituala eta berezko irrika sentitzen duelako bizitzan falta den beste zerbaitengatik.

Gauza hori Jainkoa da.

Gogoratu behar dugu, kanpoko inguruabarrak gorabehera, aurrerapen espirituala norbanakoaren ahaleginaren araberakoa dela. Aro ilunenean eta baldintzarik txarrenetan ere, gizon-emakume batzuek jainkozko ezagutza lortzea lortu zuten. Beraz, ez gaituzte munduko baldintzek espiritualki eragin behar. Ez dugu inoiz ahaztu behar ahalegin espiritualaren garrantzia.

Egoera zail hauetan bizi garenez, etorkizunari buruz ere pentsatzen dugu eta gorde ditzakeen sorpresa desatseginei buruz. Hau naturala da. Baina

gauza hauetan gehiegi pentsatzen badugu, eta espekulazioak eta beldurrak gure pentsamenduak hartzen baditugu, Jainkoa gure bizitzetatik kanporatzen dugu eta berarekin konektatzeko eta bere babesaz gozatzeko aukera preziatua galtzen dugu.

Jendeak etorkizunean zer gertatuko den zehatz-mehatz jakin nahi du. Zergatik? Antsietatea areagotzeko?

Beldurrek eta antsietateek amore ematen digutenean gure gogoan jartzen dugun zama izugarria benetan ulertuko bagenu, orain arteko erresilientziaz harrituko ginateke. Kezkak eta antsietateek gogoahultzen dute, beldurra ariman sartzen utziz, eta, ondorioz, oreka psikologikoa eta espirituala galtzen dugu. Gure arazoa etorkizunean eta iraganean aldi berean bizitzeko ahaleginean datza, orainaldian bizi beharrean. Zama hauek astunegiak dira gogoarentzat.

Gure pentsamenduak aztertu behar ditugu Gehienetan, etorkizunera edo iraganera ihes egiten dugu Hau alferrik galtzea da Orainaldian bizi behar dugu eta oraina Jainkoaren pentsamenduekin bete.

Lurreko ez dago lekuri benetan seguru edo babestuta gertakari eta arriskuetatik. Benetako babesa zintzo eta zuzen bizitzean, besteekin egiaz eta zintzotasunez jokatzean, eta otoitzean, meditazioan eta Jainkoarekin harmonian datza.

Horregatik, ahal dugun guztia egin behar dugu Jainkoarekin harmonian egoteko. Harmonia horixe da gaitz guztien sendabidea eta bizitzaren kolpeetatik eta denboraren zaurietatik sendatzea.

Ez gaituzte bizitzako gertaera ikaragarriek eta amesgaiztoek beldurtu behar. Ez gaituzte gaixotasunek, pobreziak edo istripuek beldurtu behar. Proben eta atsekabeen erdian aurkitzen garenean, esperientzia horien izaera ilusorioa aitortu dezagun eta uler dezagun egoera kaltegarriak gainditu ditzakegula pentsamendu positiboaren, epaiketa sendoaren eta laguntza eta babes guztien iturri den Jainkoarekin harmonia espiritualaren bidez.

Ez dago babesik edo segurtasunik Jainkoarengandik kanpo. Segurtasuna eta bakea nahi baditugu, erabat Harengana jo behar dugu.

Zaila da pozik egotea mundu honetan, gure benetako etxea ez baita. Lur honetan dugun existentzia aldi baterakoa da. Eskola batean gaude bizitzako lezioak ikasteko. Egia hau ahazten dugunean, gure arazoak hasten dira, eta arazoek inguratzen gaituzte alde guztietatik.

Jainkoa izan ezik, ez dago bizitzeko moduko ezergatik Beste guztia igaroko da eta bakarrik utziko gaitu Betiko eta iraunkorra bilatu behar dugu Giza maitasuna iheskorra da eta pixkanaka desagertzen da Giza maitasunaren atzean jainkozko maitasuna dago, eta hori da maitasun handiena, bihotzaren irrikak asetzen eta arimaren egarria baretzen Goza dezagun Jainkoak ematen digun guztiaz beste ezeren irrikarik gabe Lur honetara etorri ginen Jainkoa ezagutzen ikasteko Ez dago beste helbururik gure existentziarentzat hemen

Zintzotasunez bilatzen dutenek Jainkoa aurkituko dute, eta haien bizitzak bakez, lasaitasunez, graziaz eta poz beteko dira. Hura ezagutzeko nahia sendoa eta iraunkorra izan behar da, eta emaitzak bermatuta

egongo dira (jotzen duenak entzungo du). Jainkoa ezagutzen dutenek etengabeko poza eta zoriontasuna bizi dituzte.

Jainkoaren bilaketa ez da bateraezina giza adiskidetasunekin, ezkontzarekin edo arrakasta materialaren bilaketarekin. Gauza hauek ere bizitzako ikasgaien parte dira. Garrantzitsuena errealitatea eta ilusioa bereiztea da, eta aitortzea helburu eta lorpen materialek ezin digula eman gure pentsamendu eta ekintza guztien bidez irrikatzen dugun eta lortzen saiatzen garen zoriona.

Filosofia honek ez du bizitza ilun edo negatibo bihurtzen

Bakea izan bedi zurekin

Egia eta errealitatea sakonean

Egia anbiguotasunez inguratutako eta lausotasun askok ilundutako hitza da. Azaltzeko eta argitzeko zaila den kontzeptua da. Denek dituzte usteak eta sinesmenak, eta beren fedear zint egiten dute egia absolutua direla. Baina nola zehaztu daiteke behin betiko zer den egia eta erreala ideia sorta zabala honen artean?

Egia erlatiboa eta absolutua da aldi berean. Garapen eta fintze etapa erlatibo askotatik igarotzen da bere egoera absolutura iritsi aurretik. Adibidez, bi pertsona negozio-proiektu bat eztabaidatzen ari dira. Batek arrakasta bermatzen duen ideia bat proposatzen du, eta besteak, berriz, helburu bera lortzen duena baina onura gehigarriekin kontra-argumentu bat eskaintzen du. Gero, beste norbaitek

**idea hobeago bat bururatzen zaio, eta abar.
Proposatutako ikuspegi guztiak ukaezin "zuzenak"
ziren, baina zentzu erlatibo batean bakarrik.**

Egia da zoriontasun iraunkorra ekartzen duena

**Bere zentzu absolutuan, benetako
zoriontasunaren aurkako guztia faltsua da, eta
zoriontasun iraunkorra ekartzen duena egia da.
Benetako zoriontasuna ez da arrakasta materialarekin
edo plazer iragankorrarekin batera datorren zirrara
laburra, baizik eta arimak bere iturriarekin duen
harmoniatik datorren poza: Jainkoa. Arau honen
arabera, egiten duzun edozein ekintza epaitu
dezakezu bere emaitzaren arabera eta zoriontasun
iraunkorra ekarriko dizun ala ez (izan ere, ekintzak
beren amaieraren arabera epaitzen dira!).**

**Egia gorena Jainkoa da, eta Jainkoa da Egia
gorena. Unibertso osoa egia honetan oinarritzen da,
Jainkoaren betiereko legeen bidez. Lege hauek
oinarrizko egiak dira, betikoak, erabat aldaezinak eta
gizakiaren edozein manipulazio edo distortsiotik
haratago. Adibidez, eskubide absolutua hiltzeari edo
kalte egiteari uko egitea da, baina bi gaitzetatik
txikiena indarra erabiltzea da errugabea
gaiztoengandik babesteko edo izaki aurrerratuagoak
aurreratuagoetatik babesteko. Hala ere, edozer
suntsitzea, hiltzeko nahiagatik soilik, gaizki dago.**

**Lege unibertsalak maitasunaren bidezko
harmonia eta hurbiltasuna agintzen ditu, eta horrek
maitasuna eta tolerantzia esan nahi du. Egia aurkitu
nahi badugu, ezinbestekoa da gure pentsamenduak
eta ekintzak sendoak izatea, materialki, moralki eta
espiritualki, jainkozko egiaren betiereko legeekin bat
etorriz.**

Egia da funtsa gorena Baina non dago funtsa hori, eta nola aurki daiteke?

Egiara iristeko hiru modu daude: zentzumen-pertzepzioaren bidez, arrazoiketa logikoaren bidez eta intuizioaren edo arimaren ikuspegiaren bidez.

Zure zentzumen-pertzepzioa okerra bada, zure dedukzio logikoa ere okerra izango da. Horizonterantz begiratu eta sua dirudiena ikus dezakezu, kea ikusten duzulako; baina lekura hurbildu ahala, kea zirudiena hauts-hodei bat baino ez zela konturatzen zara. Edozer gauzaren egia jakiteko, ikusmenean eta entzumenean oinarritzen zara, baita usaimenean, dastamenean eta ukimenean ere, arrazoimenaren botereaz gain. Baina elementu hauek konbinatuta ezin dira egiaren azken frogia izan, zentzumenek gezurra esaten badute, arrazoimenak ere gezurra esango baitu. Arrazoimenak bere inpresioak eratzen ditu eta bere ondorio eta usteetara iristen da zentzumenetatik jasotzen dituen txostenetan oinarrituta, baina zentzumenak oso mugatuak dira beren izaeragatik. Horregatik zuzentzen ziren profetak jendeari haien ulermen eta adimen mailaren arabera, zeren eta haiek —jendeak— ikusten dute baina ez dute hautematen, entzuten dute baina ez dute ulertzen edo ulertzen (gorrak, mutuak etaitsuak dira, beraz, ez dute arrazoitzen)!

Giza belarriak bibrazio sorta espezifiko bat bakarrik hauteman dezake; ezin ditu soinurik ozenenak edo ahulenak detektatu. Zure entzumena nahikoa zorrotza balitz, unibertsoak espazio infinituan zehar hedatzen den heinean sortzen duen soinu miragarri eta bikaina entzun ahal izango zenuke. Existitzen den guztia mugimenduan dago, eta

mugimendu horrekin batera soinua dator. Ezer ez da mugimendurik gabe existitzen, espiritu kosmiko transzendentearen eremuan izan ezik, non ez dagoen ez mugimendurik ez bibradorik. Giza espirituaren gaitasunak nahikoa garatuta baleude, soinu sotilak entzun ahal izango lirateke belarri etereoarekin: indar gardenak diren soinuak, gorputzari entzumen zentzumen areagotua ematen diotenak.

Era berean, zure begien indarra anplifikatuko balitz, kolore eta mota guztietako argiak hautemango zenituzke. Zure begi fisikoek argi-eremu oso mugatua baino ez dizute erakusten, zure begi espiritualak (eterikoak) gauzen benetako izaera ikusten duen bitartean, Jainkoaren argi sortzailez osatutako irudi gisa. Zure gorputz osoa, haragi-masa trinko gisa ikusten duzuna, uhin elektromagnetikoak baino ez da. Cryle doktoreak frogatu zuen txahal hil baten garunak, eta baita gizaki hil baten garunak ere, erradiazio elektriko izugarria igortzen duela. Begiak ixten dituzunean, normalean iluntasuna baino ez duzu ikusten. Baina garapen espiritualarekin, argi miragarriak ikusteko gai izango zara eta argia iluntasunean distiratzten du, eta iluntasunak ez du hauteman (zeruaren eta lurraren argia).

Hauek gizakiek hautematen ez dituzten oinarritzko egiak dira, haien zentzumenak bibrazio intentsoen sorta mugatu batera soilik sintonizatuta daudelako.

Intuizioa edo errebelazioa: ezagutzaren izpiritu osoaren boterea

Nola jakin dezakegu, orduan, zentzumenen eta haien pertzepzioen atzean ezkutatzen den egia? Hori ezinezkoa da analisi edo azalpen arrazionalaren bidez, adimena zentzumenei lotuta baitago eta

zentzumenek ematen dutena bakarrik atera dezakeelako. Ez du inguruko indar infinituak hautemateko gaitasunik. Arimaren intuizioa edo intuizio jakin bat landuz bakarrik jakin daiteke egia. Ulermena pertzepzio zuzena da, ez zentzumenen bidezkoa: arimaren sentimendu purua, egiazkoa eta beti zehatza.

Intuizio honen izaeraren ideia bat lor dezakezu bizi dituzun baina azaldu ezin dituzun sentrazio horietatik, batzuetan "pertsona baten bihotza da haren gida" deitzen dena. Zerbait gertatzear dagoela sentitzen duzu inolako frogaz zentzumenik gabe. Gertaerekin inolako lotura logikorik gabe agertzen den egia bat da. Aspaldi ikusi edo harremanetan jarri ez zaren norbaitengan pentsatzen lasai eserita egon zaitezke, eta bat-batean harekin topo egiten duzu edo haren berri izaten duzu. Nola gertatu da hori? Intuizio-distira iheskorren bidez gertatzen da. Denek bizi izan dituzte halako distira batzuk.

Judizio-erroreak intuizio faltagatik sortzen dira Jende gehienak sakonean sentitzen du gauza handiak egiteko eta bizitzan gauza handiak lortzeko gai dela, baina intuizio-ahalmenik ez dutenez, potentzial latente hori lozorroan geratzen da Arrakasta izateko eta akatsek eragindako zorigaiztoa saihesteko, guztiaren oinarritzko egia ulertzen saiatu behar da Hori posible da intuiziozko ikuspegia landuz bakarrik Hori da kontuaren errealitate praktikoa Beraz, guztiei gomendatzen diet gauza guztietan egia bilatzea, besteekiko harremanetan, lanean, ezkontzan... laburbilduz, bizitzako alderdi guztietan Intuizioa ezinbestekoa da; ezinbestekoa da eta ezin da baztertu

Intuizio faltak erabaki txarrak eta ekintza arduragabeak dakartza, batez ere negozio-bazkide fidagarriak ez aukeratzerakoan edo harreman pertsonal okerretan nahastean. Arrazoia zentzumenek ematen duten informazioak mugatuta eta mugatuta dagoenez, zentzumenak engainatzen badira, norbait aparteko zoragarri gisa hauteman daiteke haren benetako izaera ezagutu gabe.

Edo pentsa dezakezu zure bizitzako bikotekidea (zure arima-laguna) aurkitu duzula eta pertsona horrekin ezkonduko zarela, baina zuen harremana dibortzio batean edo desadostasun infernu batean amaitzen da, bateraezintasunagatik eta harmonia faltagatik. Baina barne-intuizioak ez ditu horrelako akatsik egiten. Ez du begietatik ateratzen den magnetismoa edo aurpegi xarmangarri eta distiratsua ikusten; aitzitik, zehaztasun handiz sumatzen eta hautematen du pertsona horren bihotzean dagoena eta ezagutzen du benetan nor den.

Nire irakasle handiaren, Sri Yuktiswarren, laguntzarekin garatu nuen intuizioari esker, ez naiz inoiz oker egon giza izaerari buruz. Nire barne zentzumenak beti izan dit laguntza handia alderdi honetan. Baina ez dut saiatzen jendearen alde negatiboa ikusten. Besteei laguntzeko, nire maitasun baldintzagabea ematen diet, nahiz eta badakidan nire konfiantza beren onurarako aprobetxatu dezaketela.

Intuiziorik ez duten askok dirua inbertitzen dute porrot egiten duten finantza-ekimenetan eta, ondorioz, dena galtzen dute. Hartu ditudan erabaki guztietan arrakasta izan dut nire intuizio hutsegitegabeari esker.

Norberak hazten eta garatzen den heinean, intuizioa sentimendu bereizi edo ahots lasai gisa agertzen da. Emakumeak gizonak baino sentimenduetara egokituago daudenez, oro har intuizio handiagoa dute, emozioak gainditzten dituenean izan ezik. Gizonak, oro har, arrazoiak gidatzen ditu, eta emakumeak, berriz, sentimenduek. Gizon batek adimen sendoa eta izaera sentikorra baditu, arrazoiaren eta sentimenduen arteko oreka honek, zalantzarik gabe, intuizioa garatzen lagunduko dio.

Bizitzaren helburua intuizioaren bidez ezagutzea

Zure intuizioa erabiltzen baduzu, zure existentziaren helburua lur honetan jakingo duzu, eta helburu hori ulertzen duzunean, zoriontasuna aurkituko duzu. Lur hau eszenatoki bat da, eta Jainkoa zuzendaria. Denek errege edo erreginaren papera jokatzeko tematzen badira, ezin da antzezlan arrakastatsurik egon. Morroiak, heroiak eta erregeak beren paperak jokatu behar dituzte antzezlanak arrakasta izan dezan. Gaiztoak dira jainkozko antzezlanaren trama ona hondatzen dutenak. Paper horiek aukeratzen dituztenek prezio handia ordainduko dute jainkozko gidaritza desobeditzeagatik.

Pertsona batek lortzen duen munduko posizioa edo pilatzen duen aberastasuna edozein dela ere, ezin da arrakastatsutzat jo bere helburuak eta irabaziak lortzeko bide ez-etikoak erabiltzen baditu. Benetako zoriontasuna pertsona batek bere rola behar bezala jokatzeko duenean bakarrik da posible, eta ez bestela. Milioidunaren rola jokatzeko duena eta

merkatari txikiaren rola jokatzeko duena berdina da Jainkoaren begietan, Azken Egunean, Jainkoak bakoitzari ondasunak eta tituluak kenduko baitio. Zure ariman gordetzen duzuna da mundu hau utzi ondoren zurekin joango dena.

Handi eta jakintsuek, profetek eta jakintsuek, egia ezagutzen dute beren botere intuitiboari esker. Gauzak ez dituzte begiekin eta adimenarekin bakarrik hautematen, baita intuizio argi eta oso garatuaren bidez ere, zeinaren bidez dena dakiten.

Jainkoaren begietan ez da jokatzeko dugun rola axola duena, baizik eta nola jokatzeko dugun. Ez atsekabetu edo etsi zure rola zaila bada. Zure rola behar bezala betetzeak zure arrakasta bermatuko du Jainkoaren begietan; bestela, ez zara benetan libre izango.

Meditazioak intuizioa lantzen du

Egia ezagutzeko eta haren printzipioen arabera bizitzeko modu bakarra intuizio edo ikuspegi espirituala lantzea da. Orduan konturatzeko zara bizitzak zentzua duela eta zure barne-ahotsak gidatzeko zaituela eta zure urratsak zuzenduko dituela, bizitzan duzun rola edozein dela ere.

Ahots hori ito eta lurperatu dute —aspaldi— pentsamendu osasungaitzek. Benetako ziurtasun sententzia hori berreskuratzeko modurik ziurrena goizean esnatzean eta gauean lotara joan aurretik meditazioa da.

Norberak bere lan- eta gizarte-hitzorduek betetzen dituen bezala, Jainkoarekin duen hitzordua

ere bete beharko luke Gure bizitza lanpetuak ez digutela denborarik uzten gai espiritualetarako pentsa dezakegu, baina ez dago ezer Jainkoari gudan pentsatzea eta gure beharrak asetzea eragozten Otoitz egin, sakonki hausnartu eta haren erantzuna itxaron behar dugu Maitasunez eta arreta sakonez zuzentzen bagara, gure otoitzak erantzungo ditu Orduan, haren presentzia sentituko dugu gure bihotzetan Poztasun eta bake hori iristen denean, Botere Gorenarekin lotura bizia eta eraginkorra ezartzen da Aukera hau aprobetxatzen saiatu behar dugu, ahaleginik gabe ezin baita arrakastarik lortu

Zure bizitza zirrara baten atzetik bestearen atzetik igarotzen baduzu, ez duzu inoiz benetako zoriontasuna ezagutuko. Bizi modu sinplean eta hartu bizitza errazago. Zoriontasuna zeure buruari hausnarketa sakonerako eta gauza handiak hausnartzeko nahikoa denbora ematean datza.

Eman denbora bakarrik noizean behin eta praktikatu isiltasuna denbora batez; zeuk ikusiko duzu aldea. Irratia edo telebista etengabe piztuta badago, edo etengabeko estimulazio eta entretenimenduak zure zentzumenak okupatzen baditu, zure nerbioak kaltetuko ditu eta suminkor bihurtuko zaitu.

Ez pentsatu gehiegi besteak konpontzen. Konpondu zeure burua lehenik, Jainkoak konpondu zaitzala! Bikaintasun eta arrakastarako esparrurik onena etxean dago. Aingeru bat bere etxean aingeru bat da nonahi. Pertsona baten ahots leuna eta jarrera baketsua beste inon baino gehiago behar dira.

Inoiz huts egiten ez duen indarra

Jainkoarekin konektatzen garenean, ulermen intuitiboak inspiratu eta gidatuko gaitu egiten dugun guztian. Botere bedeinkatu hau kontzienteki eduki behar dugu. Gure baitan dago; agerian utzi besterik ez dugu egin behar. Ez naute interesatzen jakin-min hutsa dutenek, baizik eta egia benetan bilatzen dutenek. Jainkoarekin etengabeko batasunean nago eta hura ezagutu nahi dutenek bakarrik bilatzen dut.

Botere hau guztian lanean ari dela ikusiko duzu, zure egoera hobetzeko eta gauzak errazteko. Botere honekin konektatzen zarenean, zure ongizatea energia kosmikoak pultsatuko da, eta zure adimena finduagoa, fokatuagoa, zorrotzagoa eta sarkorragoa bihurtuko da. Konturatuko zara zure arima Jainkoaren egia biziaren eta jakinduria agortezinaren ontzi bat dela.

Jainkoa osasunaren, oparotasunaren, jakinduriaren eta betiko pozaren iturria da. Harekin konektatzen garenean, gure bizitzak osoak eta osatuak bihurtzen dira. Haririk gabeko bizitza osatugabea da. Bizitza, indarra eta jakinduria ematen digun botere goren honetan hausnartu behar dugu. Otoitz egin behar dugu egia gure gogoetara, indarra gure gorputzetara eta amaigabeko poza gure arimetara isur dadin.

Begi itxien iluntasunaren atzean unibertsoaren indar miragarriak daude, arima on eta espiritu noble guztiak, eta eremu espiritualen hedadura infinitua. Hausnartzen baduzu, egia absolutua hautemango duzu eta haren lan zoragarria ikusiko duzu zure bizitzan eta sorkuntzan zoragarri eta loriatsu den guztian.

Jainkoak arrakasta eman diezazula eta bakea izan bedi zurekin

**Baraua osasuna eta ongizatea da
"Barau egin behar duzu, ez baitago parekorik"
(Hadith)**

[Gai honek ez du ukatzen Koran Santuan aipatzen den baraua, ezta inori eskatzen dio bere barau-metodo tradizionala alde batera uzteko, guk errespetatzen duguna, eta barau egiten dutenak errespetatzen ditugu, Jainkoari beti bedeinka ditzala eta haien baraua onar diezaiola otoitz eginez. Hemen esan nahi dena emaitza fisiko eta espiritual zehatzak lortzeko barau terapeutikoa da, eta beraz, argibide hau beharrezkoa zen]

Baraualdiaren emaitza fisikoak eta esperientzia espiritualak benetan harrigarriak dira. Arima gorputzaren eskakizunetatik askatzen da ohitura astun eta zakarretatik askatzen denean. Hogeita hamargarren barau eguna bete dut, eta janaririk dastatu ez banu bezala sentitzen da.

Gai den orok hiru egunez edo gehiagoz barau egiten saiatu beharko luke, ahal bada, eta pixkanaka ikusiko du janaririk gabe bizitzea posible dela.

Pertsona osasuntsuek ez lukete zailtasunik izan behar hiru egunez barau egiteko. Baraualdi luzea espezialista baten gainbegiratzeapean egin behar da. Gaixotasun kronikoak edo desgaitasun fisikoak dituztenek barau egin behar dute barauan eta nutrizioan esperientzia duen mediku batekin kontsultatu ondoren bakarrik.

Min fisikoak eta oinazeak gorputzeko sistemen matxura baten eta konponketa eta mantentze-lanen beharraren adierazle dira. Jendeak bere autoak garbi eta ondo zaintzen ditu! Giza gorputza askoz

konplexuagoa eta korapilatsuagoa da edozein auto baino, eta Jainkoak nahi du garbi eta behar bezala funtzionatzen mantentzea, gero eta gehiago bere boterean oinarrituz. Osasun onaren sekretua ez datza elementu kimikoetan bakarrik, baita Jainkoaren boterean edo gorputzeko bizi-indarrean oinarritzean ere.

Gure gorputzen barruko bizi-indar hau da benetako bizitzaren iturria. Jainkoaren aginduz, gure organoak sortu eta eusten dituen etengabeko indarra da. Bizi-indar hau gogoaren botereak indartzen du eta janariak elikatzen du. Hala ere, gaizki erabiltzen bada, funtzionatzeari uzten dio eta azkenean uko egiten dio funtzionatzeari. Adibidez, bere indarra ahuldu egin daiteke begietan, ikusmen lausoa eraginez. Ez dago janaririk indarra eman dezakeenik, ez dago aire aldaketak zelulak freskatu eta biziberritu ditzakeenik, eta ezerk ezin dio gorputzari energia itzuli berezko bizi-indarra gutxitzen hasten denean.

Barauak organo nekatuak, baita gorputzeko sistemak eta energia bizia bera ere, gehiegizko lanetik askatuz. Energia biziari bere existentziarako janari, ur, oxigeno eta eguzki-argiaren kanpoko iturrien menpe egon behar duela iradokitzeari uzten diozunean, askatu eta bere kabuz fidatzen da.

Urtean 365 egunez gehiegi jateak hainbat gaixotasun dakartza Gorputzak behar duen ala ez, etengabe jatea madarikazio bat da Zenbat eta gehiago zentratu pertsona bat bere dastamenean eta hura asetzen saiatzen den, orduan eta gaixotasun gehiago izango ditu Ona da janariaz gozatzea, baina janariarekiko menpekotasunak konplikazio mingarriak eta ondorio latzak ditu Horrela, pertsona batek bere buruari kalte egiten dio gorputzarekiko eta haren eskakizunekiko atxikimenduaren bidez Jendeak

konturatzeko bizi-indarra dela gorputza eusten duena eta bizia eta energetikoa mantentzen duena

Obsesiorik gabe, adimenean jarri behar dugu arreta handiena, haren ahalmenak indartzeko eta bere kabuz moldatzeko. Pertsona batek bere adimena gorputzaren menpe jartzen tematzen bada, adimenak bere boterea utziz erantzungo du, norbanakoa beste norbaiten edo zerbaiten laguntza eske behartuz. Ez dago medikurik edo botikarik lagundu dezakeen paziente bati, zeinaren adimena hain ahulduta dagoen, non gaixotasuna okerrera egiten duen. Sendabidearen hiru laurdenak adimenean datza.

Indian, gorputza borondatearen indarrarekin konkistatzen ikasten dugu, pertsona bati adimenaren menpe egon dadin. Osasunerako eta sendatzeko etengabe baliabide fisikoetara jotzen dutenek ohitu egiten dira horietara eta, beraz, betiko haien menpe geratzen dira. Baina botere mentala gorena da. Pixkanaka ikasi behar da adimena eta bere gaitasunak ahalik eta gehien aprobetxatzen; orduan konturatuko da adimena tresna gorena dela, eta adimenak eskatzen zaion guztia egingo duela. Hori lehen eskuko esperientzia izan dut nire bizitzan.

Egun batean hitzaldi bat ematen ari nintzen, eta bero izugarria egiten zuen. Aurpegia izerditan blai nuen, eta ezin nuen zapia aurkitu. Une batez, galduta nengoen, baina nire arreta osoa nire borondatearen erdigunean jarri nuen (bekainen arteko eremuan) eta isilik otoitz egin nuen: "Jauna, zure graziari esker, nire gorputza fresko dago!". Berehala, izerdia desagertu egin zen, eta nire gorputza behar bezain fresko bihurtu zen! Beraz, adimenean oinarritzea onuragarria da! Hala ere, ez da muturrera joan behar eta gorputza erabat ukatu, hori egiten bada, ezingo baita pentsatu, jan edo mugitu.

Batzuek gorputzaren gainerako gogoaren kontrola frogatu nahi dute, batez ere osasuna erakusteko Baina osasuna ez da bizitzaren azken helburua Jainkoarengana iristea da benetako helburua Denbora batez osasuntsu senti daiteke, baina ezerk lagunduko ez duen garaia iritsiko da Orduan, nork lagunduko du? Jainkoa Barua Jainkoarengana hurbiltzeko modurik onenetako bat da Bizi-indarra janariaren esklabutzatik askatzen du, Jainkoak gure gorputzak eusten eta bizirik mantentzen dituela baieztatuz

Baina ohiturak hain dira indartsuak, ezen janariak pentsatzeak berehala jan nahi izatea eragiten ditu. Behin, Indian mutiko gaztea nintzela, katarroa hartu nuen. Tamarindo pixka bat nahi nuen, katarroetarako oso txarra dela uste baita. Nire arrebak temati uko egin zion, baina nire iraunkortasunagatik, fruta pixka bat ekarri zidan. Zati bat murtxikatu eta gero tu egin nuen irentsi gabe, zaporearen irrika ase baitzegoen. Gizakiak askotan glotoneriaz kontrolatzen dira. Zoritxarrez, Jainkoak ez zuen gorputza sortu dastamenaz gozatzeko eta gehiegikeria kaltegarrietan murgiltzeko edo janari osasungaitzak kontsumitzeko moduan, digestio-sistema eta beste organo batzuk kaltetu gabe.

Baina egia esan, osasunerako eta zorientasunerako bide bakarra —biderik jakintsuena— autokontrola da. Pertsona batek lor dezakeen lorpen handienetako bat bere buruaren jabe izatea da, bere zentzumenen tiraniaren menpe ez egotea. Gailu bati gehiegizko karga elektrikoa jartzen badiozu, gainkarga hori jasan ezin badu, erre egingo da. Era berean, digestio-sistema janariz gainkargatzen duzun bakoitzean, digestioaz arduratzen den bizi-indarra agortu egiten da. Gehiegi jateari uzten diozunean eta

barau egiten duzunean, bizi-indar hori atsedean hartzen du eta energia kosmikoarekin kargatzen da.

Zure autoa matxuratzen bada, tailer batera bidaltzen duzu Beharrezko prozedurak egin ondoren, hobeto dabil denbora batez beste zerbait matxuratu arte, eta mantentze-lan eta konponketa gehiago egitera bidaltzen duzu Gauza bera gertatzen da gorputzarekin Baraualdiaren efektu fisikoak harrigarriak dira Laranja zukuarekin hiru eguneko baraualdi batek gorputza aldi baterako konponduko du Baina baraualdi luzeago batek erabat konponduko du, eta altzairua bezain indartsu sentituko zara Osasun iraunkorra nahi baduzu, beti kontrolatu behar dituzu kontsumitzen dituzun elikagaien kalitatea eta kantitatea

Baraualdian zer egin behar den jakin beharko zenuke. Hiru egun baino gehiago barau egin nahi dutenentzat, medikuaren gainbegiratzea ezinbestekoa da. Ez diot inori gomendatzen lehenengo baraua gehiegi luzatzea, ahul eta nekatuta sentituko baitira. Asteetan egun batean fruta-zukuarekin barau egitea edo hilean hiru egun jarraian laranja-zukuarekin barau egitera ohitzeko modu onak dira. Barau egiten duen pertsonak psikologikoki prestatuta egon behar du jaten ez badu gaixotu edo hil egingo dela (Jainkoak ez dezala utzi) ziurtatuko dioten sinpatikoekin aritzeko. Egia da barau luze batean ahul senti zaitezkeela, baina hori lehenengo egunetan bakarrik gertatzen da, zure bizi-indarra janarira ohitu delako. Baina pixkanaka, egunak aurrera joan ahala, ahultasun sentazioa galtzen duzu. Zure bizi-indarra eta espiritua janaritik askatzen dira, eta gorputza benetan bizi-indarrak eusten duela konturatzen zara.

Badakit pertsona batek pisua galdu gabe barau egin dezakeen sekretua. Bizi-indarra kontzienteki kontrolatzen denean, gorputzaren pisua murrizteko edo mantentzeko erabil daiteke. Metodo hau erabiltzen denean, gorputzaren tenperatura naturala ez da jaisten, baraualdia zenbat denbora iraun arren. Gorputzeko kanal espezifiko batetik energia kosmikoa ateraz, bizi-indarra energia horrekin berritzen da, kanpoko iturrien menpe egon beharrean.

Bizitza betikoa da eta ez dago arnasketaren, janariaren, uraren edo eguzki-argiaren menpe. Gogoratu arima hilezko bat zarela, lehenik eta behin Jainkoaren botereaz bizi dena eta ez beste inoren botereaz.

Kontzientzia bizirik mantentzen da heriotza fisikoaren ondoren, baina batez besteko pertsonak jarraitutasun sentsazio hori galtzen du eta hilda dagoela uste du Gutako bakoitzak noizbait heriotza fisikoa biziko du, beraz, ez dago beldurrik izan beharrik Ez duzu beldurrik lo egiten duzun bitartean zure gorputzeko sentsazioa galtzeaz; aitzitik, loa irrikaz espero duzun askapen egoera gisa hartzen duzu Era berean, heriotza atsedean egoera bat da, bizitzatik erretiratzea Ez dago ezer beldurtzeko Heriotza datorrenean, barre egin iezaiozu Heriotza proba bat besterik ez da, eta bere helburua ikasgai sakon bat irakastea da Arima bat zara, eta arima ez da hiltzen Ez dago heriotzaren zain egon beharrik hau irakasteko, orain jakin dezakezunean Ikasi behar duzun lehenengo ikasgaia bizitza ez dela janariaren menpekoa Barau eginez, hau zeuk baieztatu dezakezu

Denek beren gaitasun mentalak garatzen lan egin beharko lukete, beren eginkizunak hobeto bete ahal izateko edozein egoeratan. Ordena eta diziplina bete behar dira; hala ere, ez da zurruna izan behar, baizik

eta malgua eta logikoa bizitzari eta bere erronkei aurre egiterakoan.

Haur baten oinarritzko ohitura guztiak hiru eta zazpi urte bitartean eratzen dira. Ingurune lagungarri batek haien garapena gidatzen laguntzen du. Hala ere, joera nabarmenak aldatzeak gidaritza berezia behar du.

Nire eskola pribatuan, mutilei gorputzarekin nola jokatu behar zen entrenamendu zorrotza eman nien. Barau egiten zuten eta lurrean manta baten gainean lo egiten zuten, burkorik gabe. Batzuetan orduak meditatzen zituzten. Hurrei gorputzaren loturatik askatzen laguntzea oso garrantzitsua da eta bizitza osorako bedeinkapena. Behin, nire ikasleetako bat hamabi orduz meditazioan eseri zen begiak kliskatu gabe. Oreka horrek poz handia dakar. Entrenamendu ideala gorputzaren, gogoaren eta arimaren diziplina zientifiko orekatuan datza. Hau da barauaren funtsa eta garrantzia.

Barauaren atzean ezagutza metafisiko eta transzendental bat dago. Izan ere, gizakia ez da ogiarekin bakarrik bizi. Bi gauzek lurrari lotuta mantentzen gaituzte: arnasak eta janariak. Lo dagoen bitartean, pertsona ez da konturatzen arnasa edo janaria behar izateaz, arima gorputz-kontzientziatik askatuta dagoelako. Barauak gogo modu berean goratzen du. Barauaren bidez, gogoak berezko botereetan oinarritzen da. Botere horiek agertzen direnean, gorputzeko bizi-indarra anplifikatuta dago eter kosmikotik gorputzera garunaren eta bizkarrezurraren bidez etengabe isurtzen den energia betierekoaren bidez.

Bizi-indarra gorputza eusten duten kanpoko material iturrietatik askatzen denean, barrutik babestuta sentitzen da, eta adimenak konturatzen da

gorputzak oinarritzen dituen material solidoak energiaren adierazpen zakar eta kontzentratuak besterik ez direla. Orduan, adimenak zuzenean elkarreragin dezake bizi-indarrarekin, gorputzean nahi diren aldaketak eragiteko aginduz.

Adimenak edozer egiteko ahalmena du Horregatik izan zen Jesukristo gai harriak ogi bihurtzeko, Profetaren hatz artetik ura isurtzen zen bezala, bakea izan bedi berarekin, eskua ur pixka bat zuen ontzi batean sartu eta esan zuenean: Zatoz bedeinkatutako garbiketara eta Jainkoaren bedeinkapenera.

Beraz, janariarekiko erabateko menpekotasuna bidegabekeria da gizakiaren adimenarentzat eta bizi-indarrarentzat. Baraualdi luzearen bidez, barau egiten duenak konturatzen da dena adimena dela.

Unibertso honetako botere, gorputz edo objektu oro jainkozko gogoaren produktua da, amets batean ikusten dituzun gauza guztiak subkontzienteak sortzen dituen bezala.

Adimenak gorputza kontrolatzen du Baraualdian, zure gorputza ahulduko dela uste baduzu ondorioz, ahulduko da. Eta baraualdiak zure indarra gutxituko duela uste baduzu, pentsamendu horren ondorioz ahul sentituko zara.

Baina zure gorputza indartsua dela konbentzitzen baduzu zeure burua, ez zara nekatuta sentituko; horren orde, energia freskagarri eta bikaina sentituko duzu. Jende gehienak ez daki hau, inoiz ez baitu bizi izan.

Adimenak ez ditu bere mirariak agerian utziko bere botereak aktibatu ezean, eta ez du funtzionatuko gauza materialetan gehiegi fidatzen zaren bitartean. Horregatik, bere mirariak ohiko pertzepziotik ezkutatuta daude.

Baina barauaren bidez arrazoian oinarritzen ikasten duzunean, guztian lanean aurkituko duzu, gaixotasuna gainditzean, oparotasuna eta ugaritasuna ekartzean edo bizitzaren azken helburua lortzean: Jainkoa aurkitzea.

Bere burua kontrola dezakeen edonork bere gorputza eta haren beharrak ere kontrolatu ahal izango ditu, eta bake espirituala eta arima eta gorputza lotzen dituzten lurreko mugapenetatik askapena lortuko ditu.

Bestalde, materiaren existentziarik ezaren eta espirituaren unibertsaltasunaren sinesmena ez litzateke teoria lausoetan edo logikoki azaldu ezin diren teorietan oinarritu behar, baizik eta oinarri praktikoetan eta autokontzientzia sakonean oinarritu behar da.

Jendeak normalean janariak eusten dion gorputzarekin identifikatzen da, baina ez dira konturatzen gorputzaren iturri nagusia bizi-indarra dela. Ez janariak ez beste kanpoko bitarteko batek ezin du berpiztu korronte kosmikoa kendu zaion gorputz bat.

Giza gorputz fisikoaren eta gogoaren arteko harremana energia edo bizi-indarra da. Antzinako Indiako jakintsuek energia hau (prana) aurkitu eta pranayama izeneko zientzia garatu zuten , hau da, gorputzeko bizi-indarra kontzienteki kontrolatzea.

Jesukristok berrogei egunez barau egin zuen basamortuan. Eta Profetak, bakea izan bedi berarekin, barau egiten zuen eta esaten zuen: "Barau egin eta osasuntsu egongo zara".

Baraurik egiten ez dutenek ezin dute esperientziaz jakin janaririk gabe bizitza posible dela

Astebeteko baraualdiaren hasierako faseetan, gosea egoten da. Hala ere, egunak aurrera joan

ahala, gosearen sentrazioa gutxitzen da, eta barau egiten duen pertsonak arintasuna, energia, bizitasuna eta gorputzeko mugapenetatik askapen sentrazioa sentitzen ditu. Zergatik? Gorputza janari fisikorik gabe uzteak elikadura immaterialaren menpe jartzera behartzen duelako: korronte, energia, jarduera edo bizi-indar bat.

Giza borondatea da energia-sortzaile handiena. Borondatearen eta nahi espontaneoaren bidez, pertsona batek azkar lor dezake botere espirituala erreserba infinitutik.

Eguneroko zereginak egiteko gogorik ez duen pertsona batek energia eta bizitasun falta sentitzen du. Bestalde, arduraz, gogotsu eta lan egiteko benetako gogoarekin lan egiten duen norbait korronte kosmikoak blaitzen du, eta bere gorputza eta espiritua bizitasun elementuekin hornitzen dira.

Borondatezko bizitzeko modu metafisikoak ezagutzen eta praktikatzen dituen, eta bere iturri kosmiko agortezin horretatik bizi-indarra kontzienteki ateratzen dakiena, askatzen da muga fisiko askotatik.

Indiako jakintsu eta yogiek diote materia esentzia mental kontzentratu bat dela. Batzuek egitate hau frogatu zuten beren gorputza eta beste gauzak borondatez materializatzeke eta manipulatzeko gaitasuna erakutsiz.

Zientzia modernoak frogatu du materia bibrazio-indarrez osatuta dagoela. Unibertsoa forma eta itxura guztiak osatzen dituzten elementu kimikoak, arroka eta planetetatik hasi eta gizakietaraino, elektroi-bibrazioen forma eta aldaera desberdinak baino ez dira. Izotza, adibidez, bere hotzak, pisuak eta formak bereizten ditu. Ikusi eta ukitu daiteke. Izotza urtzen badugu, ur bihurtzen da. Ura irakiten badugu, lurrin bihurtzen da eta gero ikusezin

bihurtzen da. Beraz, ikuspegi zientifiko batetik, izotza edo elurra ez dira benetan existitzen, gure zentzumenerik hauteman ditzaketen arren. Bere funtsa elektroi ikusezinak edo energia motak dira.

Beste era batera esanda, disolbatu edo ikusezin egoeran disolbatu daitekeenaren existentzia errealak ezin da esan. Ikuspegi honetatik, materia existitzen ez denik kontsidera daiteke, baina bere existentzia erlatiboa da.

Materia gure gogoarekin erlazionatuta existitzen da. Baina funtsean, indar ikusezin bat da, ez desagertzen ez aldatzen dena, itxura eta forma fisikoan izan ezik.

Era berean, giza adimena eta materia jainkozko kontzientziaren adierazpenak dira, forman bakarrik existitzen direnak. Egia da adimen unibertsala bakarrik existitzen dela benetan.

Haur bat gurasoengandik jaiotzen den bezala, materiak bere existentzia gogoaren menpe dago. Materia jainkozko gogoaren produktua da eta giza gogoarentzat hautemangarria dirudi. Berez, materiak ez du errealitatearik, berezko existentziarik ez duelako.

Materiaren indar elektronikoek, eroak izan arren, autokontziente den bizitza-indar kosmikoaren bibrazioak dituzte, eta hauek, aldi berean, iturri jainkotiar batetik datoz.

Jainkoak esan zuen: "Zeruaren eta lurraren argia", izan bedi argia, eta argia izan zen. Horrek esan nahi du jainkozko gogoaren eta jainkozko borondatearen fokua argi edo energia bibratzaile bihurtu zela.

Bizitzaren korrante kosmikoa eta ondoren indar handiagoz bibratu ziren elektroiak naturaren indar anitz eta gardenak bihurtu ziren Indar hauek

unibertso fisikoa osatzen duten oinarritzko elementu material gisa agertu ziren.

Materia erreala eta hautemangarria da giza kontzientziarentzat. Baina esperientziaren, logikaren eta laborategiko esperimentu batzuen bidez, gizateriak aurkitu du mundu agerikoaren irudi eta forma ilusiozko guztien atzean indar sortzaile iraunkor eta aldaezin bat egon behar dela.

Egia hau ozeanoaren izaera ulertuz uler daiteke, nahiz eta bere olatuak esentzia bakar eta handi baten aldi baterako adierazpenak izan: ozeanoa bera. Olatuak ezin dira ozeanorik gabe existitu, baina ozeanoa existitzen da olatuekin eta olaturik gabe.

Kontzeptu hauek intelektualki uler daitezke, baina ezin dira benetan ulertu materia bizi-indar bihurtzen ikasten ez bada, eta bizi-indarra kontzientzia kosmiko bihurtzen, profetek, pertsonaia handi batzuek eta auto-ezagutza dutenek egin duten eta egiten jarraitzen duten bezala. Pertsona argitu hauentzat, materia ez da berez existitzen, ziurtasunez badakitelako sorkuntzaren olatuen azpian espirituaren ozeano aldaezina eta imugaezina dagoela.

Vedanta eta Yogaren filosofietan, unibertsoa Jainkoaren betiereko kontzientzia esna dagoen amets bat da (ez logura ez loak hartzen duena). Materia eta adimena, unibertsoa bere izar eta planetekin, gainazaleko uhin trinkoak eta sorkuntza materialaren azpiko korrante sotil eta gardenak, sentitzeko, borondatearen eta kontzientziaren giza gaitasunak, eta bizitzaren eta heriotzaren egoerak, gaua eta eguna, osasuna eta gaixotasuna, arrakasta eta porrota, errealitate guztiak dira amets kosmiko hau gobernatzen duen erlatibitate legearen arabera.

Erlatibitatearen lentearen bidez hautematen den guztia ametslari gizatiarrarentzat bakarrik da erreal, zeinak bere zati txikia betetzen baitu amets kosmiko handian. Ilusio kosmikotik edo erlatibitatearen legetik ihes egiteko, gizateriak amets honetatik Jainkoaren betiereko kontzientziara esnatu behar du.

Ezin dugu amets hau irudimenaren edo ukazioaren bidez aldatu, bizitza onartuz heriotza arbuiatuz, edo osasuna aitortuz gaixotasuna alde batera utziz. Egoera oro bere aurkakoaren zati bat da, txanpon baten beste aldea edo oihal zati bat bezala. Dualtasunak ez daude bereizita, elkarri lotuta baizik. Egiaren bilatzaileak ez ditu bere buruan bereizten saiatzen, baizik eta ezagutza eta jakinduriaren bidez gainditzen ditu.

Alderdi positiboak, zoriontsuak eta erabilgarriak soilik izaera dualistako gertakari gisa onartu nahi dituen edonor amets-mundu bateko ilusioetan murgilduta dagoen pertsona da.

Pertsona batek denbora batez benetakoak diruditen ametsak dituen bezala, baina esna egoerara igarotzean baliozkotasuna galtzen dutenak, pertsona bat ere posible da benetakoa dirudien materiaren amets batetik esnatzea eta espirituaren mundu erreal eta aldaezinean bizitzea.

Meditazioaren eta kontenplazioaren bidez bere kontzientzia Absolutu infinitura hedatzen eta eraldatzen ikasi duen pertsona perfektuak bakarrik hauteman dezake sorkuntza amets jainkotiar gisa. Materia ez dela existitzen ziurtasunez adierazi dezakete. Autodiziplina jarraituaren, barne-indarraren garapenaren eta yoga meditazio zientifikoaren praktikaren bidez, edo errealizazio espiritualerako beste edozein bideren bidez —dela fedea, maitasuna, zerbitzua, auto-ukapena edo gurtza zintzoa—,

Jainkoaren bilatzaileak dualitateak desegin eta aniztasunaren eta aniztasunaren agerpen guztien atzean dagoen batasun betierekoa hauteman dezake.

Kosmikoko ilusiotik askatzen denak badaki Jainko Ahalguztiduna dena dela existentzia guztian, eta horrela bere jainkozko kontzientzia ukitzen du eta egiaren funtsa konturatzen du.

Bakea izan bedi zurekin

Aberatsa Jainkoak aberastu duena da

Paramhansa Yogananda irakasleak kontatua

Akbar enperadorea (1556-1609 K.o.) Indiako mogul enperadoreetako bat eta historian zehar Asiako kontinenteko agintari handienetako bat izan zen. "Gizateriaren Zaindari" titulua irabazi zuen bere herriarekiko zuen justizia eta zuzentasunagatik eta haien ongizatearekiko zuen benetako kezkatik. Gainera, gogor lan egin zuen galdutako Indiako lurraldeak berreskuratzeke eta estatu sendo eta zentralizatu batean batzeko.

Akbar Indiako erlijio ezberdinen arteko tolerantziaren defendatzaile sutsua izan zen. Bere erregealdian, hinduismoa eta islama batera loratu ziren, harmonia osoan. Musulman enperadorea (Akbar) batzuetan jantzi islamiarrak janzen zituen eta meskitara otoitz egitera joaten zen, eta beste batzuetan, arropa indiarrek janzen zituen eta tenplu hindura joaten zen meditazio eta gurtza egitera.

Bihotz handiko eta eskuzabaleko enperadore honek ez zuen egun bakar batez ere opariak eta dohaintzak ematen herrialde osoko behartsuei eta gizarte-erakundeei.

Zortzi zaldi ederrez tiratutako errege-gurdi dotore batean ibiltzea ohitura zuen. Guardiek eta heraldoek bere prozesio bikainaren etorrera iragartzen zuten hiri osoan danbor, txindat eta tronpetekin.

Gloria eta distira guztia gorabehera, bere buruaren agindu zorrotzak zeuden prozesioa edozein unetan eta edozein lekutan geldiarazteko, baldin eta menpekoek eskaera bat egin edo laguntza eskatu nahi bazion.

Egun batean, errege-segizio dotorea zuhaitzez inguratutako etorbide zabal batetik igarotzen ari zela, enperadoreak bi itsu ikusi zituen metro gutxira eserita, laguntza eta karitatea eske oihuka.

Agureak gurdia lehenengo itsuaren aurrean gelditzeko agindu zuen, eta honek oihuka ari zen:

"Aberatsak enperadoreak aberastu egiten dituenak dira"

Esaldi hori arretaz entzun ondoren, gidariari oihuka ari zen beste itsuarengana joateko eskatu zion:

"Benetako aberatsa Jainkoak aberastu duena da"

Hilabete osoz, enperadoreak bi esaldi berdinak entzun zituen bi itsuen ondotik pasatzen zen bakoitzean, zeinek aberastasuna eskatzen zioten berari eta Jainkoari. Azkenean, erruki sentimendu bat piztu zitzaion barruan, eta lehenengo gizonari lagundu nahi izan zion, zeinaren leloa hau zen: "Enperadoreak aberasten duena da aberatsena".

Egun batean, Akbarrek jauregiko okinari ogi handi bat (kamaj lodi motakoa) labetzeko eskatu zion,

erdigunea urre puruz beteta zuela. Akbarrek ogi hau lehenengo itsuari eman zion eta bigarrena erabat baztertu zuen, honek Jainkoarengandik aberastasuna espero baitzuen, ez enperadorearengandik.

Handik gutxira, Akbar ehizara joan zen, eta itzultzean kale beretik igaro eta urrezko ogia eman zion itsua bere lekuan ikusi zuen, lehen bezala oihuka: "Aberatsa enperadoreak aberastu duena da".

Errege-gurdia itsuaren aurrean gelditzeko eskatu eta esan zion: "Zer egin duzu eman dizudan ogiarekin?"

Gizonak erantzun zuen:

«Majestate, hain eskuzabal eman zenidan ogia handiegia zen eta ez zen ondo labean egin astunegia zelako, beraz, hamar filsen truke saldu nion beste itsuari eta eskertuta nengoen zure eskuzabaltasunetik zetozen fils horiek jasotzeagatik».

Akbarrek beste itsua bilatu zuen, baina ez zuen aurkitu. Haren berri galdetu ondoren, jakin zuen ogia bere emazteari eman ziola, eta emakumeak ireki bezain laster, urrea aurkitu zuela. Harekin batera, etxe xume bat erosi zuten, eta haien egoera hobetu zen Jainkoak haien nahia bete eta bere grazia ugariz aberastu zituenean.

Hori entzutean, enperadoreak gertakariaren garrantzi sakona ulertu zuen. Apaltasun paregabearekin, asaldura eta haserrea simulatu eta lehenengo itsuari errieta egin zion, esanez:

«Zer egin duzu, ergela? Nire urrezko ogia eman diozu zure lagunari, zeinak Jainkoarengan konfiantza izan baitu aberastasunerako, eta ez nigan. Hemendik

**aurrera haren leloa hartu eta berak aldarrikatzen
zuen bezala aldarrikatu beharko duzu: Jainkoak
aberastu duena da aberatsa».**

Edo antzeko zerbait:

Emailea duenak ematen du

Berari bakarrik deitzen zaio aberatsa

Bakea izan bedi zurekin

Janari magnetikoa edo intelektual

**Jendeak janariaz edo nutrizioaz hitz egiten
duenean, normalean gorputza mantentzeko erabiltzen
den janari fisikoaz ari dira. Baina badira janari fisikoa
baino garrantzi gutxiago duten beste janari mota
batzuk ere, eta askotan are garrantzitsuagoak
direnak.**

Elikagai intelektual edo espiritual horien artean:

**Buruko jarduera edo gogoaren kontzentrazioa,
jakinduria eta bereizketa espiritual**

**Janari fisikoak gorputzeko zelulak eusten ditu,
janari intelektualak, berriz, adimena ideia osasuntsuz
betetzen du, eta jakinduriaren janariak arima
freskatzen eta bere gaitasunak garatzen ditu.**

**Elikadura intelektual normalean pertsona batek
pentsatzen dituen ideiek eta besteengandik haiekin
kontaktuan eta elkarreraginean jasotzen dituen
ideiek osatzen dute.**

**Tenperamentu lasai eta noblea duten pertsonak
gure pentsamenduak magnetikoak eta osasuntsuak
bihurtzen laguntzen dute. Ez da zaila zehaztea**

pertsona batek bere elikadura intelektualala ingurune baketsu edo nahasgarri batetik hartzen duen.

Antsietatea, larritasuna eta nahasmena pertsona mota okerrak, lagunak edo senideak izan, elkartzetik sortzen dira, pentsamendu antsietatetsuak eta umore nahasia eragiten dituztenak.

Gorputzak energia eta jarduera elikagai fisikoetatik lortzen ditu, eta elikagai magnetikoek, berriz, gorputzari eta adimenari errazago digeritzen diren energia-kargak ematen dizkiote, energia bizidun bihur ezin daitezkeen elikagai solido eta likidoek baino.

Ezjakintasuna jakinduria bihurtzeko gai zarenean

Ahultasunetik eta ahultasunetik osasunera eta bizitasunera

Bizitzaren bideetan konfiantzaz eta ausardiaz ibili -bakarrik egon arren-

Eta kontzientzia bizi eta erne bat edukitzearen barne-poza

Eta Jainkoaren justizian eta gezurraren gaineko egiaren eta ilusioaren gaineko errealitatearen garaipenean fede irmoa

Eta egunero zure pentsamenduak maila altuago eta finduagoetara askatzen saiatzen zarenean

Bihotz maitekor eta esker onekoa du

Eta besteekiko asmo onak

Zure elikadura intelektualala magnetikoa da

Eta orduan, eder eta onuragarri den guztia erakarriko dizu

Gauzetatik, pertsonetatik eta egoeretatik

Segurtasun eta babesaren kostalderako bidaia jarraitzeko premia larria du.

Eta azkenik, baina ez gutxienez

Behar duzuna lortzeko ahalegina egiten duzunean eta Jainkoak zuretzat errazten duenarekin konformatzen zarenean

Munduko ondasunez obsesionatuta dauden eta haien plazer laburren irrika dutenek baino aberatsago eta pozikago izan zaitezte.

Bakea izan bedi zurekin

**Jainkoak ez ditu abandonatzen maite dutenak
Yogiren oroitzapenak: autobiografia bat (Indiako filosofia yogi baten bizitzan) liburutik.**

"Gure aitak oinordetzatik kendu izan bazintu, Mukunda ⁽¹⁾, merezi izango zenuke, zure bizitza ergelkeriaz eta ergelkeriaz alferrik galtzen ari zarelako!"

Horrela iritsi zen nire anaia zaharrenaren sermoia nire belarrietara. Jitendrarekin trenetik itzuli berria nintzen, hauts geruza batez estalita Anantaren etxera iritsi ginenean, azkenean Agra hiri zaharrera joan baitzen. Nire anaia zaharrena kontu-hartzaile gisa lan egiten zuen gobernuaren obra publikoen departamentuan, beraz, esan nion: "Badakizu, Ananta anaia, Jainkoari nire ondarea eskatzen ari naizela".

Hark erantzun zuen: "Dirua lehenengo dator, eta Jainkoa ondoren! Nork daki? Bizitza luzea izan daiteke!"

Nik esan nuen: «Jainkoa lehenengoa da, eta dirua da haren zerbitzaria! Eta nork iragarri dezake? Bizitza laburra izan daiteke!»

Nire erantzuna berez etorri zen, ezer gertatzear nengoenik sumatu gabe (Baina tamalez! Ananta gaztetan joan zen mundu honetatik)

Nire anaiaren begiek poz-pozik distira egin zuten, oraindik ere nire familia-habira itzultzeko itxaropena baitzuen, eta esan zuen:

"Uste dut ermitako jakinduria dela. Baina badirudi Benares utzi duzula!"

Beraz, esan nion: «Benaresen egonaldia ez zen alferrikakoa izan, han aurkitu bainuen nire bihotzak desiratzen zuen guztia! Eta ziur egon zaitezke aurkitu nuena ez zela zurekin topatu zenuen (ikasle hura), ezta haren semea ere».

Anantak barre egin zuen nirekin gertatutakoa gogoratzean, onartuz nire gidari izateko aukeratu zuen jakintsu argi-ikusleak, Benaresek, aurreikuspen eta ikuspegi falta zuela. Galdetu zidan:

"Beraz, zein da zure plana, ene anaia galdu eta ibiltaria?"

Nik erantzun nion, azalduz: «Jitendrak eskatu zidan Agrara joateko Taj Mahal-eko mirariak gozatzeko, eta ondoren nire gidarengana joango gara, duela gutxi aurkitu dudana, Varanasin ermita bat duena».

Anantak oso ondo tratatu gintuen, eta arratsaldean behin eta berriz begiratzen zidan begi zorrotzez, eta neure buruari esan nion:

"Badakit zer dagoen begirada horren atzean! Zerbait prestatzen ari da!"

Eta, hain zuzen ere, gosarian iragarri nuena gertatu zen. Ananta xaloa zirudien atzoko elkarrizketaren hariak biltzen zituen bitartean, esanez: "Beraz, horrela sentitzen zara, ez duzu gure aitaren dirurik behar!".

Esan nuen: "Hobeto esanda, nire konfiantza Jainkoarengan bakarrik dago"

Hark erantzun zuen: "Hitzak merkeak dira, Mukanda! Patuak babestu zaitu une honetara arte. Baina zein lotsagarria izango litzatekeen zure egoera janaria eta aterpea emateko esku ikusezin horren menpe egon beharko bazenu! Ziur kaleetan eskean ibiliko zinatekeela!"

Esan nuen: «Jainkoak ez dezala utzi! Ez dut nire konfiantza jarriko oinezkoengan, Jainkoarengan baino, zeinak irekitzen baititu bizitzeko ateak gurtzen dituzten eta harengan konfiantza dutenentzat, eta bizitzeko iturri ugari ematen baititu, eskean eta eskatzean izan ezik!»

Esan zuen: «Hau guztia adierazpen erretorikoa eta hizkuntza ponposoa da! Demagun mundu material honetako benetako esperientziaren proban jartzeko eskatzen dizudala harrotzen eta harrotzen zaren zure filosofia, onartuko zenuke?»

Nik esan nuen: «Bai, onartzen dut! Jainkoa eremu teorikora soilik mugatzea zilegi al da?»

Esan zuen: «Ikusiko dugu gaur aukera izango duzula nire ikuspuntuak zabaltzeko edo haien baliozkotasuna aitortzeko».

Ananta isilune dramatiko bat egin zuen une batez, eta gero poliki eta lasai hitz egiten jarraitu zuen, esanez:

"Proposatzen dizut gaur goizean zure lagun Jitendrarekin batera Brindbane herrira bidaltzea, baldin eta errupia bakar bat ere ez eramaten baduzu zurekin, janaririk edo dirurik ez eskatzen baduzu, zure egoeraren berri inori ez diozu ematen, eta janaririk gabe ez bazaude edo Brindbanen harrapatuta ez gera zaitezke. Gauerdia baino lehen nire etxera itzultzen bazara proba honen baldintzarik urratu gabe, Agrako pertsonarik harrituena izango naiz!"

Esan nuen, "Eta erronka onartzen dut"

Ez zegoen zalantzarik nire hitzetan edo bihotzean. Jainkozko esku-hartzearen oroitzapen alaiak etorri zitzaizkidan aurrean: kolera hilgarritik sendatzea Lahiri Mahasyaren irudiaren aurrean Jainkoari egindako erreguaren bidez; Lahoreko etxeko teilatu gainean hegan egiten zuten bi kometaren oparia; Bareillyko etsipen eta frustrazioaren artean garaiz iritsi zen amuletoa; Banarasko ermitau anonimoak Panditaren patioaren kanpoaldean jasotako mezu erabakigarria; Ama Santuaren ikuspegia eta bere maitasun hitz sublimak entzutea eta nire nahiei Guru Mahasyaren bidez eman zien berehalako erantzuna; azken unean etorri eta batxilergoko titulua lortzen lagundu zidan gidaritza; eta gero nire auzoko irakaslea, bizitza osoko ametsen lainoaren artean etorri zitzaidan azken bedeinkapena. Ez dut inoiz

onartuko nire "filosofia" nahikoa ez izatea mundu gogor honetan borrokatzeko, froga eta ebidentzia ukigarrietan bakarrik sinesten duen mundu batean.

Nire anaiak erantzun zuen: "Erronka onartzea ohore bat da zuretzat, eta orain bertan lagunduko dizut trenera".

Orduan Ananta Jitendrari begiratu zion, harriduraz aho bete hortz zegoenari, eta esan zion: "Lekuko gisa lagundu behar diozu, eta ziurrenik biktima gisa ere bai!"

Ordu erdi barru, Jitendrak eta biok bat-bateko bidaia honetarako joan-etorriko txartelak genituen eskuetan, Anantak geltokiko txoko batean azterketa sakona egin ondoren eta dirurik ez gurela ziurtatu ondoren, eta gerrian bilduta genituen oihal zatiak behar baino gehiago ezkututzen ez zirela.

«Ananta, eman ieza dazu errupia bat edo bi erreserba gisa, zorte txarra izanez gero telegrama bat bidali ahal izateko», protestatu zuen nire lagunak diruaren eta fedearen arteko gatazka gero eta handiagoaren erdian.

Errietaz oihu egin nion: «Jitendra, ez dut proba honekin jarraituko azken berme gisa dirua eramaten baduzu».

Jitendrak erantzun zuen: "Txanponen hotsa lasaigarria da". Baina ez zuen beste aukerarik izan isildu baino, emakumeak gogor errieta egin zionean.

Nire anaia zaharrenak esan zuen: "Mukanda, ez naiz bihotzgabea"

Apaltasun nota bat entzun zen Anantaren ahotsan, agian kontzientziak zirikatzen zion bi mutil dirugabe hiri ezezagun batera bidaltzeagatik, edo Jainkoaren boterean fede falta izateagatik, eta gero gaineratu zuen:

"Zorionez edo graziaz, Brandybanen proba gainditzen badut, zure dizipulu gisa kontsagratzeko eskatuko dizut."

Promesa hau ezohikoa zen eta ohitura eta tradizio finkatuekin bat ez zetorren. Indiako familietan, anaia zaharrenak gutxitan makurtzen da bera baino gazteagoen aurrean; aitaren ondoren bigarren postuan dago bera baino gazteagoen errespetua eta obediencia jasotzen. Hala ere, ez zegoen denborarik esandakoari buruzko iruzkinik egiteko, trena martxan hasi baitzen.

Jitendra triste eta isilik geratu zen trena abiadura handian zihoan bitartean, eta azkenean bere eserlekuan mugitu eta gogor astindu ninduen mindutako puntu batean, esanez:

"Ez dut ikusten Jainkoak hurrengo otordua emango digula!"

Beraz, esan nuen: "Lasai egon, zalantzan zauden hori, Jainkoak sekretuan lan egiten baitu".

Hark erantzun zuen: "Bizkortu al dezakezu? Gose naiz zer zain dugun pentsatzearekin bakarrik. Varanasi Taj Mahal ikusteko irten nintzen, ez nire hilobian sartzeko!"

Beraz, esan nuen: "Hartu bihotza eta poztu zaitez, Jitendra! Ez al goaz Brindibanen mirari sakratuei lehen begirada bat emateko?" Krishna Jaunaren oinek

bedeinkatutako lurraldean oina jarriko dudala pentsatzeak irrika bizia ematen dit.

Une horretan gure konpartimentuko atea ireki eta bi gizon sartu ziren. Hurrengo geldialdia azkena zen.

Aurrean eserita zegoen ezezagunak interes nabarmenarekin hitz egin zidan, galdetuz: "Kaixo lagunok, baduzue lagunik Brandenburgén?"

Begirada hotz kendu nion, esanez: "Ez da zure kontua".

Esan zuen: «Agian zuen familietatik ihes egin duzue Bihotz Lapurraren sorginkeriaren eraginez. Ni ere irrika espiritualen gizona naiz, eta ziurtatuko dut janaria eta aterpea lortuko dituzuela bero bizi honetatik».

Nik erantzun nion: «Ez, jauna, utzi bakean. Eskuzabala zara, baina oker zaude iheslariak garela uste duzunean».

Gure elkarrizketa hor amaitu zen Trena gelditu eta Jitendra eta biok nasan jaitsi bezain laster, gure bi lagun ausazkoak besarkatu eta taxi bat deitu ziguten.

Zalditik jaitsi ginen kapera bikain baten aurrean, zuhaitz hostoiraunkorren artean leku eder batean. Argi zegoen ongileak ezagunak zirela han, mutil irribarretsu bat hurbildu zitzaigunean eta iruzkinik gabe harrera-gela batera eraman gintuenean, non emakume zahar duin eta distiratsu batek ongietorria eman zigun.

Gizonetako batek etxekoandreari hitz egin zion, esanez: "Gauri ama, bi printzeak ezingo dira bertaratu. Azken unean aldatu dute haien programa

eta eskerrik zintzoenak eta barkamen sakonenak bidaltzen dizkizute. Baina beste bi gonbidatu ekarri ditugu, trenean elkartu ginenean, Krishna Jaunaren dizipuluak zirela iruditu zitzaizkidanak".

Bi lagunak ate aldera abiatu ziren, esanez: "Agur esaten dizuegu, gure bi laguntxook. Jainkoak nahi badu, berriro elkartuko gara".

Jouri amak irribarre gozo eta samur bat egin zien ustekabeko gonbidatuei, esanez: "Ongi etorri! Ezin zineten egun hobeagoan etorri. Bi printze espero nituen ermita honetara etortzea, oso pozik nago etorri zaretela, bestela lotsaz urtuko nintzateke hainbeste arretaz prestatu nuen janaria dastatu eta gozatzeko inor aurkitu ez balu!"

Hitz atsegin hauek eragin harrigarria izan zuten Jitendrarengan, eta negarrez hasi zen. Brindbanen beldur zen hondamendia errege eta printzeentzako oturuntza bihurtu zen. Gertaeren bat-bateko bira hau jasanezina zen berarentzat. Anfitrionak jakin-minez begiratu zion, baina iruzkinik egin gabe, agian nerabearen eztanda emozionalak konturatuta.

Bazkaltzera gonbidatu gintuzten, eta Jouri amak usain goxoz betetako jangelara eramanez, eta gero ondoko sukaldara desagertu zen.

Eta une honen zain nengoen, beraz, Jitendraren gorputzean leku egoki bat aukeratu eta trenean niri egin zidan antzera pintxatu nuen, esanez:

«Jainkoak lan egiten du, eta azkar gainera, fede gutxikook!»

Ostatu-emailea haizagailubatekin itzuli zen, eta etengabe haizagailuarekin astindu gintuen ekialdeko

estilo tradizionallean, brodatutako manta gainean eserita geunden bitartean. Monjeek ia hogeita hamar janari mota desberdin ekarri zituzten. Ez zen bazkari arrunta, oturuntza oparoa baizik! Planeta honetara iritsi ginenetik, ez genuen inoiz halako jaki gozorik dastatu.

Gure etxekoandrea zuzendu zitzaion, esanez: "Benetan printzeentzako plater egokiak dira hauek, ama ohoragarria! Ez dakit zein gai premiazkotzat jo zuten zure errege-gonbidatuek oturuntza honetara joatea baino garrantzitsuagoa! Bizitza osorako oroitzapena eman diguzu, inoiz ahaztuko ez duguna!"

Anantaren egoerak gehiago agertzea eragotzi zigunez, ezin genion andre agurgarriari azaldu gure esker ona bikoitza zela, baina gure debozioa argia zen. Bere bedeinkapenekin eta ermita berriro bisitatzeko gonbidapen bero batekin joan ginen.

Kanpoko beroa jasanezina zen, beraz, lagunak eta biok monasterioko atearen ondoko kadamba zuhaitz baten itzalean bilatu genuen aterpea. Ondoren, hitz mingarriak entzun ziren, Jitendrak, bigarren aldiz, bere kezka eta susmoa adierazi zituenean, esanez:

"Zer egoera larrian sartu nauzu! Gure bazkaria zorte kontua izan da! Eta orain, nola gozatuko dugu hiri honen edertasunaz txanpon bakar bat ere eskuetan gabe? Eta gero, esango al didazu nola itzuliko garen Anantaren etxera?"

Beraz, esan nuen: «Orain sabela beteta duzunez, zein azkar ahazten zaren Jainkoa!»

Nire hitzak ez ziren gogorrak izan, gaitzesgarriak baizik. Zein laburra den gizakiaren memoria zeruko

bedeinkapenei dagokienez! Ez dago mundu honetan bere eskaerei erantzunik jaso ez dien pertsona bakar bat ere.

Jitendrak erantzun zuen: "Ez dut inoiz ahaztuko zu bezalako pertsona arduragabe batekin arriskua hartzean egin nuen ergelkeria!"

Esan nuen: «Nahikoa da, Jitendra, gu elikatu gaituen Jainkoa Brindbanen zaintzen gaituen eta Agrara itzuliko gaituen Jainko bera baita!».

Hitz egiten amaitu bezain laster, gizon gazte bat, aurpegian lasaitasuna eta erosotasuna erakusten zuena, azkar hurbildu zitzaigun. Gure zuhaitzaren azpian zutik, aurrean makurtu eta esan zidan:

"Lagun maitea, zu eta zure laguna ezezagunak zarete hemen, beraz, utzi iezadazu zure ostalari eta gidari izaten"

Indiar gizonaren aurpegia gutxitan zurbiltzen bazen ere, Jitendraren aurpegia gaixotasunaren horitu bihurtu zen berehala. Eskaintza adeitasunez ukatu nuen. Baina gaztea oso urduri jarri zen, beste egoera batzuetan nahiko barregarria izango zen moduan. Honek erantzun zuen:

"Ezin izango duzu nitaz libratu, noski!"

"Zergatik ez?" esan nuen.

Ziurtasunez begiratu zidan eta esan zidan: "Nire irakaslea zarelako. Eguerdian meditatzen ari nintzela, Krishna Jaun bedeinkatua ikusi nuen ikuskera batean, eta bi irudi erakutsi zizkidan zuhaitz honen azpian. Horietako bat zure aurpegia zen, nire irakaslea, askotan ikusi dudana nire meditazioetan! Zein pozik

egongo nintzatekeen nire zerbitzu xumeak onartuko bazenitu!"

Beraz, esan nuen: «Ni ere pozik nago aurkitu nauzula! Ez gaitu Jainkoak utzi, ezta gizakiak utzi ere!».

Mugigabe gelditu nintzen arren, aurrean nuen aurpegi irrikaz zegoenari irribarre eginez, errespetu sentimendu batek jainkozko oinetan makurtu ninduen espiritu.

Mutilak esan zuen: "Lagunok, zenbat irrikatzen dudan bisita batekin nire etxea ohoratzea!"

Esan nion: «Gazte eskuzabala zara, baina ezin dugu hori egin, nire anaiaren gonbidatuak baikara Agran».

Esan zuen: «Orduan, utzi ieza dazue gutxienez zuekin batera Brindibanera joaten, bilera honen oroigarri gisa».

Pozik onartu nuen gonbidapena. Gazteak —Pratap Chatterjee izenekoak— zaldi-gurdi bat eskatu zuen, eta Madhana Mohana tenplurantz eta beste Krishna tenplu batzuetara abiatu ginen. Iluntasuna etorri zen tenpluan otoitz egiten ari ginela oraindik. Geroago, Pratapek esan zuen:

"Baimena eska al dizut gozoki batzuk hartzeko?"

Tren geltokitik gertu zegoen denda batera sartu zen, guk kale zabalean paseatzen genuen bitartean, jendez gainezka zegoena eta nahiko freskoa bihurtu zena. Gure laguna denbora labur batez desagertu zen eta gozoki kopuru handia eskuan zuela itzuli zen. Erregutuz irribarre egin zuen billete sorta bat eta

Agrarako bidaiarako erositako bi txartel eskuetan zituela, esanez: "Ohore espiritual hau eman diezadazula otoitz egiten dizut".

Nire onarpena ez zen esku ikusezin horrentzako errespetua baino. Ez al zen haren eskuzabaltasuna — Anantak iseka egiten zion— beharrezkoa baino askoz gehiago?

Geltokitik gertu txoko ezkutu bat bilatu genuen eta nik esan nuen:

"Pratap, Kriya irakatsiko dizut: Lahiri Mahasyaren metodoa, aro modernoko yogirik handiena. Eta haren metodo hau izango da zure gida espiritualala."

Hasiera ordu erdian egin zen, eta dizipulu berriari zuzendu nintzen, esanez: "Kriya izango da zure nahiak beteko dituen harribitxi preziatua. Arte honek, zuk sinpletzat jotzen duzunak, aurrerapen espiritual azkarraren metodoa dauka. Indiako idatzi sakratuek diote gizaki haragituak milioi bat urte behar dituela engainu kosmikotik askatzeko, baina aldi natural luze hau asko laburtu daiteke Kriya Yogaren bidez. Jagades Chandra Bosek frogatu zuen landare baten hazkundera ohi baino gehiago bizkortu daitekeela, gizaki baten hazkunde espiritualala ere bizkortu daiteke ezagutza esoterikoaren bidez. Izan zaitez zintzoa zure praktikan, eta Jainkoarengana hurbilduko zara, Irakasleen Irakasle eta Giden Gida".

Pratapek pentsakor esan zuen: "Poz izugarria sentitzen dut aspalditik bilatzen nuen yoga-giltza bedeinkatu hau aurkitu izanagatik. Bere eragin espiritualak zentzumenen mugak askatuko nau eta maila altuagoetara bultzatuko nau. Krishna Jauna ikustea bedeinkapen handia da nire bizitzan".

Une batez isiltasunean eserita egon ginen, eta gero lasai joan ginen geltokirantz. Pozak bete ninduen trenean igo nintzenean, Jitendra negarrez ari zen bitartean. Pratapi egindako agurra hunkigarria izan zen, bi lagunak hasperen eta negarrez tartekatuta. Berriz ere, Jitendra atsekabetuta zegoen, oraingoan ez bere buruagatik, baizik eta bere buruaren aurka, eta esaten hasi zen:

"Ai, zein ahula zen Jainkoarenganako nire fedea! Gogortu egin zitzaidan bihotza, baina orain ez dut inoiz zalantzan jarriko Jainkoaren ardura"

Gauerdia jo bezain laster, txanpon bakar bat ere gabe bidalitako bi abenturazaleak Anantaren etxean sartu ziren. Bere aurpegia agindu bezala zegoen, harriduraz beteta. Isil-isilik, errupiak mahai gainera erori ziren. Txantxetan esan zuen: "Esan egia, Jitendra! Ez al du gazte honek errepideko lapurretarik egin?"

Baina istorioaren xehetasunak entzun bezain laster, nire anaia serio jarri zen eta gero deprimitu, eta inoiz ikusi ez nuen grina espiritual batekin hitz egin zuen:

"Eskaintza eta eskariaren legea uste baino askoz gardentasun handiagoarekin iristen ari da. Eta lehen aldiz ulertzen dut zergatik ez zaizun axola dirua eta haren metaketa zikina mundu honetan."

Berandu bazen ere, nire anaiak Kriya Yogari eskaintzea nahiago izan zuen. Horrela, Mukanda maisuak egun bakarrean eskatu ez zituen bi "ikasle"ren ardura hartu behar izan zuen.

Hurrengo goizean gosaldu genuen, aurreko egunean faltan bota genuen lasaitasun eta harmonia giroan. Jitendrari irribarre egin eta esan nion:

"Ez duzu Taj Mahal ikusteko aukerarik gabe geratuko. Ikus dezagun Serampurrera bidaiatu aurretik."

Anantari agur esan eta Agrako monumentu bikain eta harroenari begira jarri ginen: Taj Mahal, bere marmol zuria eguzki-argitan distira egiten zuena, harmonia perfektuko amets baten antzera. Altzifre ilunez, larre berdez eta laku lasai batez inguratuta, barrualdea harri erdi-bitxiekin inkrustatutako tailu korapilatsuz apainduta zegoen. Girlanda eta motibo dotoreak marmol marroi eta morean gurutzatzen ziren, kupulatik ateratzen zen argiak Shah Jahan enperadorearen eta Mumtazi Mahalen hilobiak bainatzen zituen bitartean, bere erreinuko erregina eta bere maitasunaren objektua.

Nahikoa ikusi nuela sentituz eta nire irakaslea ikusteko irrikaz, berehala abiatu nintzen Jitendrarekin hegoalderantz, Bengalarantz. Nire lagunak esan zuen: "Mukanda, hilabeteak daramatzat nire familia ikusi gabe, nire planak aldatu ditut eta geroago zure irakaslea Serampurren bisitatuko dut".

Nire lagunak —atseginki deskriba daitekeen suminkorra zela— Kalkutan utzi ninduen, eta tokiko trenez iritsi nintzen Cebrampurrera, hamabi milia iparraldera.

Harridura sentitu nuen Varanasin nire irakaslearekin topo egin nuenetik hogeita zortzi egun igaro zirela konturatu nintzenean, eta hark esan zidala: "Lau aste barru itzuliko zara!". Eta hemen

**nengoen, bihotza taupaka, Rai Ghat lasaian zegoen
bere ermitaren patioan, lehen aldiz sartzen Indiako
jakintsu handiarekin, nire irakasle Swami Sri
Yukteswarrekin, hurrengo hamar urteen zatirik
handiena igarotzeko patua nuen ermita horretan!**

Paramhansa irakaslea eta Tagore

Liburutik (Indiako filosofia yogi baten bizitzan)

Paramhansa Yogananda jakintsuarentzat

**"Rabindranath Tagorek naturaltasunez eta
espontaneoki abesten irakatsi zigun, autoadierazpen
bide gisa, txori kantarien antzera"**

**Azalpen hau Bhola Nat-engandik etorri zitzaidan,
Ranchi eskolako 14 urteko mutil argi batengandik,
goiz batean bere kantu melodikoa goraipatu ondoren.
Okasiorik gabe edo okasiorik gabe, mutila doinuekin
isurtzen zen, erreka harmoniatsu baten antzera.
Aurretik Tagoreren Santinakitan ospetsuan ikasi
zuen, "bakearen portua" esan nahi duena, Bulpurren.**

**Nire lagunari esan nion: "Rabindranath
ereserkiak gaztetatik izan ditut ahoan. Bengalar
guztiekin, baita herriko analfabetoekin ere, asko
gozatzen dute haren poesia bikainarekin".**

**Eta Bholarekin batera Tagoreren bertso batzuk
errezitatu zituen, zeinak milaka poema indiar
musikatu baitzituen, batzuk bere konposizioak eta
beste batzuk antzinakoak.**

**Abestu ondoren, barreka esan nuen:
"Rabindranath Literaturako Nobel Saria jaso bezain
laster ezagutu nuen. Bisitatzeko gogo handia sentitu
nuen, bere kritikoei zuen ausardia ez-diplomatikoa
miresten bainuen".**

**Bholak istorioari buruz irrikaz galdetu zuen, eta
nik esan nion: "Hizkuntzalariek kritika gogorak jasan
dituzte Tagoreren aurka, estilo berri bat ekarri**

zuelako bengaleko poesian, esamolde kolokialak eta klasikoak nahastuz, hizkuntzalariek maite dituzten hizkuntza-mugak kontuan hartu gabe. Bere poemek egia filosofiko sakonak dituzte adierazpen erakargarri eta hunkigarrietan, ezarritako forma literarioei eutsi gabe".

"Behin kritiko eragingarri batek Rabindranath deskribatu zuen —mespretxuz eta mespretxuz— 'inprimatzaileei bere marmar egitea saltzen zien uso-poeta' bezala. Baina Tagoreren mendekua laster iritsi zen! Mendebaldeko literatura-mundu osoak omenaldia egin zion bere liburua (Gitanjali: Abesti Eskaintzak) ingelesera itzuli zenean. Jakintsu talde handi batek, bere kritikari ohiak barne, trenez joan zen Santiniketianera zorionak emateko."

Rabindranathek nahita atzerapen luze baten ondoren hartu zituen bere bisitariak, eta gero isiltasunean eta axolagabekeriaz entzun zien haien laudorio lausengari. Azkenean, haien kritikaren armak haien aurka erabili zituen, esanez:

"Jaunok, hemen eskaintzen dizkidazuen errespetu eta ohore arrosa usaintsuak zuen aurreko mespretxuaren usain ustelarekin nahastuta daude. Ba al dago loturarik Nobel saria jaso izanaren eta zuen bat-bateko esker on honen artean? Bengalako santutegian nire lore xumeak eskaini nituenean iraindu zintuzten poeta bera naiz oraindik."

"Egunkariak Tagoreren errieta ausartaren laburpena argitaratu zuten, eta lausengu eta hipokrisiak engainatu ez zuen gizon baten zintzotasuna miresten nuen"

"Rabindranath Kalkutan ezagutu nuen bere idazkariak, CF Andrus jaunak ⁽¹⁾, bengaleko arropak zeramatzana soilki, eta Tagore maitasunez bere aingeru maisu (Gurudeva) bezala aipatzen zuenak".

"Rabindranath-ek bero hartu ninduen, karisma, kultura aberats eta benetako adeitasun aura batez inguratuta. Tagorek bere literaturaren iturriei buruzko nire galderari erantzun zion esanez bere inspirazio nagusiak gure epopeia erlijiosoetatik eta XIV. mendean bizi izan zen Vidyapati poetaren lanetatik zetozela".

Oroitzapen hauek inspiratuta, Tagore-k forma berri batera egokitutako bengaleko abesti zahar bat abesten hasi nintzen, "Argi, piztu zure maitasunaren lanpara"-rekin hasita. Bhola nirekin bat egin zuen kantu alaian eskolako patioan paseatzen ginen bitartean.

Ranchi Eskola sortu eta bi urtera, Rabindranath-engandik gonbidapena jaso nuen Santiniketan-era bisitan joateko, gure hezkuntza-idealak eztabaidatzeko. Pozik onartu eta harekin elkartu nintzen. Iritsi nintzenean, bere mahaian eserita zegoen, eta benetako gizontasunaren eredutzat jo ninduen, edozein artistak imajina zezakeen bezala. Bere aurpegi eder eta delikatuan noblezia eta duintasuna agertzen ziren, ile luzez, bizar zabal batez eta begi handi eta atseginez inguratuta, guztiak irribarre aingerutar batez apainduta. Bere ahots melodikoak, txirula baten doinuak bezala, bihotza liluratzen zuen. Altua, sendoa eta lasaia zen, emakume baten samurtasuna eta haur zoriontsu baten xalotasuna gorpuzten zituen. Zalantza dut poeta inspiratu baten beste ideal batek adierazpen autentikoagoa aurki dezakeenik errezitatzaile samur eta arimatsu honetan baino.

Berehala hasi nintzen Tagorerekin batera gure bi hezkuntza-erakundeen azterketa konparatibo eta sakon batean, biak printzipio ez-konbentzionaletan oinarrituta baitzeuden. Antzekotasun asko aurkitu

genituen bien artean, hala nola, aire zabaleko ikaskuntza, sinpletasuna eta haur txikien sormena sustatzea. Hala ere, Rabindranath-ek garrantzi handia eman zion literaturaren eta poesiaren azterketari, eta musika eta abestien bidezko autoadierazpenari, Bholan jada ikusi nuen zerbait. Santiniketan mutilek isilune-aldiak praktikatzen zituzten, baina ez zuten yoga prestakuntza espezializaturik jasotzen.

Poetak arreta handiz entzun zituen gorputzeko zelulak jardueraz eta bizitasunez kargatzen dituzten Yogoda ariketen azalpenak, eta Ranchiko dizipulu guztiei irakasten zaien yogiko kontzentrazio metodoa.

Tagorek bere lehen hezkuntza-borroken berri eman zidan, eta barre artean esan zidan: "Bost urte bete ondoren eskolatik ihes egin nuen". Berehala ikusi nuen nola talka egiten zuen bere sentikortasun poetiko delikatuak eskolako diziiplina-giro izugarriarekin.

Poetak keinu elokuyenteak egin zizkien lorategi oparoan ikasten ari ziren ikasle talde bati, esanez:

"Horregatik sortu nuen Santinikitian Institutua, zuhaitzen itzalean eta zeruaren distiran. Haurrak bere ingurune naturalean sentitzen du, loreen eta txori kantarien artean, bere talentuen barne-aberastasuna adierazteko. Benetako ezagutza ezin da kanpoko iturrietatik ponpatu edo bete, baizik eta ezagutza laguntza izan behar da giza arimaren sakonean ezkutatuta dauden jakinduria infinituaren altxorrak agerian uzteko" ⁽²⁾

Bat etorri nintzen berarekin eta hau gaineratu nuen: «Haurren joera idealistak eta heroiekiko eta heroismoarekiko duten maitasuna gosez hiltzen dira ohiko eskoletan, estatistikaz, gertaerez eta garai historikoz osatutako janarira mugatzen direlako».

Poetak maitasunez hitz egin zuen bere aita Devendranath-i buruz, zeinak Santiniketanera joateko inspirazioa eman baitzion. Honela esan zuen: "Nire aitak lursail emankor hau eman zidan, non tenplu bat eta gonbidatuentzako etxe bat eraiki zituen. Nire hezkuntza esperientzia hemen hasi zen 1901ean, hamar seme-alaba besterik ez nituela. Nobel sariarekin jaso nituen zortzi mila libera eskola mantentzeko gastatu nituen".

Tagore zaharra (Devendranath), Maharishi (Jakintsu Handia) bezala ezaguna, gizon benetan bikaina izan zen, bere bizitzaren istorioak dioen bezala. Gaztaroan bi urte eman zituen Himalaiako monasterioetan meditatzen. Era berean, bere aita, Dwarkanath, Bengala osoan ospetsua zen bere filantropia publiko eskuzabalagatik. Lur emankor honetatik sortu zen pertsonaia ospetsuen familia bat. Rabindranath ez zen bakarrik bere adierazpen sortzailean; bere senideek bere talentua partekatu zuten. Bere lehengusuak, Gogonendra eta Upanendra, Indiako artista ospetsuenen artean daude ⁽³⁾. Rabindranathen anaia, Dwijendra, filosofo sakona ere bazen, basoko hegaztiekin eta animaliekin ere maitatua.

Rabindranath-ek bere gonbidatu-etxean gaua pasatzera gonbidatu ninduen. Ikuskizun bikaina izan zen arratsalde hartan poeta ikasle talde batekin patioan eserita zegoenean! Denbora gelditu egin zela zirudien, eta eszena antzinako ermita baten antzekoa iruditu zitzaidan, Tagore poeta bere dizipuluz inguratuta, poz eta maitasun sakratuaren giro batean bilduta. Tagore maitasun lotura guztiak ehuntzen eta hobetzen ari zen harmonia eta akordio hariekin. Benetako poesia espiritualaren lore arraroa loratu zen Jainkoaren lorategian, besteak bere edertasun eta usain naturalarekin erakarrit!

Bere ahots melodiatsuarekin, Rabindranath-ek bere poema gozo eta berri batzuk irakurri zizkigun. Bere dizipuluei poza eta gozamena ekartzeko konposatutako bere ereserki eta narrazio gehienak Santiniketan-en aurkitzen dira. Niretzat, bere poesiaren edertasuna ia bertso guztietan Jainkoari egiten zaion erreferentzian datza, nahiz eta izen santua esplizituki aipatzen ez den. Adibidez, honela dio:

"Kantatuz mozkortzen naizenean, neure burua ahazten dut eta lagun deitzen zaitut, oi nire maisu zarena!"

Hurrengo eguneko bazkalostean, nahi gabe esan nion agur poetari. Oso pozik nago bere eskola txikia hazi eta garatu izanaz, gaur egun Vizva Bharati Nazioarteko Unibertsitatea ⁽⁴⁾ dena , non herrialde guztietako ikasleek ingurune aproposa aurkitzen duten.

Non adimena beldurretatik askatzen den eta burua altxatzen den

Ezagutza librea eta mugarik gabekoa den lekuan,

Mundua ez da tokiko horma estuek zatitan zatitu

Eta hitzak egiaren sakonetik sortzen diren lekuan,

Eta ahalegin nekagarriek perfekziorantz iristen dira

Arrazoiaren iturri garbiak ez duen bere bidea galdu ohitura hilen basamortu hareatsu eta desolatuetan,

Eta pentsamendu eta ekintza gero eta zabalagoetan aurrera egiten duen heinean,

Nire herrialdea askatasun horren zeruan esna dadin, ene aita ⁽⁵⁾

Arrakastaren sekretuen gakoa

Arrakastak pertsona baten ingurunean duen poztasuna eta gogobetetasuna esan nahi du. Benetako arrakasta zuzentasunaren printzipioetan oinarritutako ekintzen emaitza da, eta besteen zoriontasuna eta ongizatea hartzen ditu barne, norberaren zoriontasunaren zati gisa. Printzipio hau gure bizitza materialean, intelektualean, moralean eta espiritualean aplikatzen badugu, arrakastaren definizio osoa eta zabala izango dugu.

Jendeak ikuspegi eta teoria desberdinak ditu arrakastari buruz, bizitzako anbizioen arabera. Ez da arraroa entzutea batzuek arrakasta lapurretarekin parekatzen dutela, honelako gauzak esanez: "Lapur arrakastatsua zen!". Horrek azpimarratzen du arrakasta, bere forma eta barietate guztietan, desiragarria eta bilatua dela. Hala ere, gure arrakastak ez luke besteei kalte egin behar.

Arrakastarako beste irizpide bat ere badago: geure buruarentzat emaitza harmoniatsuak eta onuragarriak lortzeko gai garenean, besteak ere gure arrakastan sartu eta haren fruituak haiekin partekatu behar ditugu.

Norbaitek denbora luzez isilik egotea aukera dezake, denbora horretan bere senideekin hitz egiteari uko eginez. Pertsona horrek barne-bakea lor dezakeen arren, bere portaera berekoia eta kaltegarria da bere familiaren zoriontasunerako. Ezin da benetan arrakastatsutzat jo, bere maiteek ere bere lorpenetik etekina ateratzen ez badute.

Era berean, arrakasta materiala lortzea ez da soilik ongizateaz gozatzeko dugun eskubidea, baizik

eta besteekiko dugun erantzukizun morala ere, haien baldintza materialak eta bizi-baldintzak hobetzen laguntzeko orduan.

Adimena duen edonork irabaz dezake dirua. Baina bihotzean maitasuna badu, ez du inoiz diru hori helburu berekoietarako erabiliko; aitzitik, besteekin partekatuko du. Dirua madarikazio eta zoritxarra da berekoien eta zikoitzen eskuetan, eta bedeinkapen eta oparia bihotz oneko eta arima eskuzabalekoen eskuetan.

Henry Fordek, adibidez, fortuna bat irabazi zuen, baina ez zuen karitatean sinesten, alferkeria eta nagikeria sustatzen baitzituen. Horren orde, askori lana eta bizibidea eman zien. Henry Fordek dirua irabazi bazuen beste batzuei oparotasuna emanaz, orduan modu egokian izan zuen arrakasta.

Santu handienek ere ez dute salbazio osoa lortzen beren arrakasta —beren esperientzia espiritualak eta ezagutza handiagokoak— besteekin partekatzen ez badute, ulermen sakratua lortzen lagunduz. Horregatik, etapa horietara iritsi eta egoera horietara iritsi direnek irrikaz daude ulermena behar dutenei emateko.

Benetako arrakasta lortu nahi baduzu, ez duzu zure zoriontasun pertsonala bakarrik bermatuko, baita besteena ere

Ekialdearen eta Mendebaldearen arteko arrakasta-estandarren arteko desberdintasunak

Ekialdean eta Mendebaldean arrakasta-estandar desberdinak daude Zoritxarrez, Ekialdeak gero eta gehiago imitatzen ditu Mendebaldeko filmetan

ikusten dituen alderdirik txarrenak Film batzuek kontsolamendua eskaintzen duten arren, benetako bizitzak erakusten du arrakasta ez dela batere erraza Bizitza askotan gogorra eta barkaezina da, eta bizibidea ateratzeko borrokatu behar dugu Kontuan hartu zure gorputza mantentzeko eta osasuntsu eta gaixotasunetatik libre mantentzeko behar den ahalegina! Arrakasta izan arren, arrakasta hori laburra da Gorputza azkenean atsedean hartuko du Nahi den arrakasta lortzeko hainbat indarren aurka borrokatu behar da, bai barnekoak bai kanpokoak Indar hauek nekaezin lan egiten dute lorpen esanguratsu guztiak lapurtzeko

Mendebaldeak egungo bizitzari lotutako arrakasta partzial edo aldi baterakoan jartzen du arreta; Ekialdeak, berriz, arrakasta osoa, iraunkorra eta iraunkorra du helburu.

Betiko arrakastaren gailurrera iritsi direnei deitzen diegu (bi munduetako irabazleak, Epailearen begietan arrakastatsuak direnak)

Pertsona hauek zoriontsuak dira gorputzez, adimenez eta espirituz. Gauza batzuk izan ditzakete, baina aberastasun handia dute: barne-bakearen aberastasuna eta arimaren eta jainkozko espirituaren arteko harremanaren ulermen espirituala, eta gorputzaren eta bizitza kosmikoaren arteko harremana.

Ekialdean, arrakasta mota honen ideia txertatuta dago haurraren buruan. Mendebaldean, haurrari txerri-kutxa bat ematen zaio eta dirua nahi izaten irakasten zaio bere nahiak betetzeko.

Ongi dago gogor lan egitea arrakasta material nahikoa lortzeko, baina haurrei arrakasta iraunkorraren balioa ere irakatsi behar zaie. Arimaren aberastasuna betiko irauten du betikotasunaren bankuan, eta zoriontasuna edozein unetan atera dezakezu banku horretatik.

Baina arrakasta espirituala ere aldebakarrekoa eta desorekatua izan daiteke bete ezin dituzun erantzukizun materialak badituzu.

Naturaren legeetatik askatu diren yogi handienek bakarrik baztertu ditzakete gai materialak erabat.

Ekialdean, arreta nagusia zoriontasun espirituala lantzea izan da, bizitzaren alderdi materialak askotan baztertu diren bitartean. Mendebaldean, erosotasun material batzuk badaude, baina zoriontasun psikologiko gutxi. Behar dena bien arteko oreka da, bizitzaren alderdi bakarrean zentratzeak desoreka eta bizitzaren eskaerei arrazionalki aurre egiteko ezintasuna dakarrelako.

Adibidez, artista batek artean bakarrik zentratzen bada eta beste guztia alde batera uzten badu, antsietate eta atsekabe gisa agertzen den desoreka bat sortuko du. Hala ere, artean espiritualtasunarekin, lanarekin, zientziarekin eta zerbitzuan zentratzeak oreka zoragarria, arrakasta osoa eta benetako zoriontasuna ekarriko ditu.

Aberastasuna gaixotasunekin eta arazoekin batera badago, ondorioak ugariak izango dira Higienea eta osasun-laguntza Mendebaldearen indarguneen artean daude Intsektu kaltegarriak eta mikrobio hilgarriak eraginkortasunez kontrolatzen dira herrialde garatuetan, beste batzuetan ugariak

diren bitartean Baina izurrite hauek ezabatzea ez da lorpenaren gailurra, beste mota bateko gaitz batzuk baitaude herrialde garatuetan, hala nola, ordaintzeko zailtasunak dituzten fakturak eta zatika ordaintzeko sistemek eragindako finantza-krisi itogarriak —loa nahasten eta lasaitasuna ahultzen duten gaitzak—.

Bizitza biziraupena baino gehiago da

Jainkoak ez zuen lur hau sortu guretzat jateko, lo egiteko eta hiltzeko soilik, baizik eta bere nahia ezagutu eta gure existentziaren helburua uler dezagun. Jakintsu gutxi batzuek ulertu dute kosmosaren planaren esanahia, baina jende gehiena itsua da eta ez daki helburu horren berri. Lurra tortura-ganbera bihurtzen da jainkozko planaren ezjakintasunean bizi direnentzat. Baina bizitzako esperientziak irakasle gisa ikusten dituzunean eta haietatik mundu honen benetako izaera eta kosmoseko dramen esleitutako eginkizuna ikasten duzunean, esperientzia horiek argibide baliotsu bihurtzen dira iraunkortasun eta zoriontasunerako bidean.

Jainkoak ilusio kosmikoa oso indartsu bihurtu du

Mundu kaotiko eta nahasi batean bizi gara. Diruak zoriontasuna esan nahi duela pentsa dezakezu, baina lortzen duzunean, zorigaiztoko zarela ohartzen zara. Aberastasuna lor dezakezu eta —Jainkoak ez dezala utzi— osasuna gal dezakezu. Edo osasun ona izan dezakezu eta dirua galdu. Edo aberastasuna eta osasuna izan ditzakezu, baina arazo ugari izan ditzakezu besteekin, adeitasuna eskainiz, baina gorrotoa eta haserrea jasoz. Jainkorik gabe, bizitza honetan ezerk ezin zaitu benetan ase.

Jainkoak kontzientzia materialaren menpe bakarrik bizitzea nahi badu, gauza materialekin guztiz asebeteta egongo ginateke eta munduko bideekin konformatuko ginateke.

Ikusi al duzu inoiz ardi-talde bat? Batek salto egiten badu, gainerako artaldeak zalantzarik gabe imitatzen du. Jende gehienak horrelakoa da. Norbaitek ideia bat bururatu edo joera berri bat aurkeztu dezake, eta beste batzuek berehala jarraituko diote eta kopiatu egingo dute. Eredu hau belaunaldiz belaunaldi iraun du. Nazio guztiek dituzte bere ohiturak eta tradizioak, eta ezin dugu esan guztiak zuzenak edo sendoak direnik. Baina nork daki? Ohitura eta tradizio horietako batzuk absurduak, zentzugabeak eta alferrikakoak izan daitezke.

Ohitura eta tradizio horiek ebaluatu eta epaitzeko modu bat dago

Hasieran, tradizio guztiek justifikazio bat zuten. Justifikazioa oraindik egia dela ikusten badugu, orduan tradizioak esanahia eta onura ditu. Hala ere, ez da zentzuzkoa tradizioakitsu-itsuan jarraitzea. Egia jakin eta jarraitu behar diogu, zoriontasuna zerk ekar diezagukeen bereiziz eta gero aplikatuz.

Bizitza sinplifikatu beharko litzateke Giza portaeraren banakako ezaugarriak objektiboki aztertuko bazenitu, gure ohitura eta tradizio batzuk barregarriak direla ikusiko zenuke.

Mendebaldean, jendeak arau asko jarraitzen ditu. Arratsaldeetarako, afarietarako, bisitetarako eta irteerarako arropa espezifikokoak daude. Behin

erretzaileentzako jaka berezien iragarki bat ere ikusi nuen!

Antolaketa bikaina da, baina antolakuntzari eta metodologiari gehiegi atxikitzeak askotan zorigaitzak dakartza.

Ekialdean, etxeak eta arropak sinpleak dira. Mendebaldean, bizitza hain da konplexua, ezen zoriontasuna ihes egiten digu gauzak modu jakin batean egiteari gehiegizko arreta jartzeagatik.

Zertarako konplikatu bizitza etxea eta mahaia modu jakin batean nola antolatu azpimarratuz?

Ekialdean, jendea bisitan gonbidatzen dugunean, denek poza sentitzen dute eta irrikaz itxaroten dituzte bisita horiek.

Mendebaldean, gonbidatuak gonbidatzen dira, eta orduak ematen dira prestaketa frenetikoetan dena perfektua izan dadin. Gonbidatuak iristen direnean, ostatuak irrikaz itxaroten du haien irteera!

Bizimodua, arropa eta janaria sinplifikatu beharko lirateke. Jatetxeetan otorduak jatea ez da ekonomikoki praktikoa izango, baina ondo dago noizean behin egitea. Ez da zuzena ordu asko sukaldean ematea, beste gauza garrantzitsuagoak gozatzeko denborarik gabe.

Nire bidaietan eta hitzaldietan, nire dieta sinplifikatu nuen. Esnea, letxuga eta gazta pixka bat gordetzen nituen nire gelan, eta horrekin eroso nengoen.

Paradisua gure baitan dago, ez gauzetan

Indian gure aszeta prestakuntzan, gure desioak kontrolatzen eta gustatzen zaigunaren, ez zaigunaren eta nahiago dugunaren gainetik altxatzen ikasi genuen. Eskertzen genituen jasotako guztiarekin. Mendebaldean, ordea, jende gehienak zorigaiztoko da hainbeste izan arren, batere ez balute bezala. Desioek ez dute mugarik. Goizean, bizarra egin eta jantzi ondoren, senarrak nahi duen lehenengo gauza gosaria da. Mahaian esertzen den bezain laster, emazteak beste zerbait prestatu izana nahiago du. Emazteak, aldi berean, plater, koilara, labana eta sardexka hobeak izatea nahiago du.

Egunak aurrera doaz, eta honen eta haren nahiak jarraitzen dute ezerk ase ezin dituen arte. Azkenean, bikoteak ez du elkar atsegin lortzen eta ez du seme-alabekin ere pozrik aurkitzen, ezkontza-zoritasuna galduz. Frustratuta sentitzen direnez, gertuen dituztenengan jartzen dira. Emazteak senarra gehiegi gogor egiten du, eta hark, berriz, haurrei oihu egiten die, eta seme-alabak gurasoen aurka matxinatu eta lagunekin ergelkeriak egiten dituzte (eta horrela jarraitzen du zikloak).

Ez da gaizki ondasunak edukitzea; gauza okerra gure ondasunek gu eduki ditzaten uztea da. Jendearekiko eta gauzekiko atxikimendutik askatu behar dugu geure burua, atxikimenduak zoritxarrez eragiten baitu.

Nire paradisua nire baitan dago Jainkoaren bedeinkapenez gozatzen dudan heinean, eskerrak ematen dizkiot, eta nire barne-poza hazten da Barne-poztasun hori gabe, lurreko plazer eta pozak ere infernu bihurtzen dira Konturatu naiz barne-poz hori

gabe, nire gain jarritako erantzukizunen zamak bakea eta zoriontasuna kenduko zizkidala.

Zoriontasunaren etsai handiena luxuak erosteko dirua maileguan hartzea da. Jendeak oker uste du ezin direla zoriontsu izan zerbait zehatza eskuratzen ez badute. Baina gauza hori eskuratu ondoren ere, ez dute benetako zoriontasunik biziko, aldi baterako poza izan arren. Beraz, zertarako agintzen du lurreko zoriontasunaren mirari horren atzetik jarraitzeak, bere promesa haustea bakarrik agintzen baitu?

Jendeak modu xumean bizi beharko luke etengabeko arreta behar duten ondasun askoren beharrik gabe

Zalantzarik gabe, zerbait berria erostea esperientzia atsegina da. Baina denbora baten ondoren, sentsazio alai hori pixkanaka desagertzen da, eta baliteke interesa guztiz galtzea, ahaztu eta beste zerbait desiratzea. Hala ere, elementu horren faktura ez da ahaztuko, batez ere kuotan ordaindu baduzu!

Pertsona batek bere bizitzaren kontrola hartu eta ahalik eta gehien sinplifikatu beharko luke. Beharrezko eta larrialdietarako dirua aurreztu beharko luke, luxuetan gastatzearen gainera aurreztearen lehenetsi eta ahal duen guztia eman besteei. Besteei laguntzen diezunean, laguntza modu batera edo bestera etorriko zaizu, eta ez zaizu ezer faltako eta ez zaizu ezer galduko.

Badakit ziur behar dudan guztia etorriko zaidala, eta horregatik ez dut kezkatzen etorkizunak zer dakarren. Hau ez da harrokeria edo itxurakeria,

botere bedeinkatu horren lana eta eraginkortasuna askotan esperimentatu baititut nire bizitzan.

Bizitzaren gainazalean flotatzen ari naizen ala itsasoaren sakonean itotzen ari naizen, badakit Jainkoarekin nagoela eta bera nirekin dagoela, eta ezerk ezin didala kalterik egin. Ezagutza horrek zoriontasun deskribaezin eta sakona eman dit.

Jasotako ulermen eta esperientzia espiritualengatik ez balitz, lurreko pertsonarik zorigaiztokoena izango nintzateke. Aberastasun handia lortu dut, baina ez diot utzi esklabo bihurtzen, ezta ukitu edo aldatzen ere. Irabazten dudan guztia ematen diot Jainkoaren bidean eta beharrean daudenei. Nire barne zoriontasuna da nire ondasunik handiena: erregeek ere amestu besterik ezin dezaketen altxorra.

Arrakasta barne-lorpenen araberakoa da

Jende asko zoriontasun edo arrakastarik gabe ikusten duzunean, ez pentsa hori dela haien patua. Nahi duzuna izan zaitezke zeure burua moldatzeko. Zure barne arrakastak egiten zaitu benetan arrakastatsu. Zure baitan zerbait falta bazaizu, ez zara zoriontsu izango. Baina kanpoko zerbait falta bazaizu eta hala ere barruan zoriontsu bazara, zalantzarik gabe arrakastatsua zara. Beraz, ezinezkoa da pertsonak kanpoko egoeretan oinarrituta soilik epaitzea. Jendetza handien artean, egon daitezke goi-mailako maila espirituala lortu duten eta barne-bake sakona eta zoriontasun espirituala gozatzen duten pertsonak.

Horregatik, arrakasta moral eta intelektualak — ohitura txarren eta desio osasungaitzen aginduetatik

askatzea— arrakasta materialak baino zoriontasun handiagoa dakar. Arrakasta intelektualean ongizate psikologiko bat dago, kanpoko egoerek kendu ezin dutena. Denbora guztia aberastasuna metatzen eman dezakezu, baina aberastasun horrek ez dizu bilatzen duzun bake eta segurtasun iraunkorra emango. Aitzitik, atsekabe handiagoa ekarriko dizu, benetako zoriontasuna eta bakea gogoan baitaude, ez ondasun materialetan.

Zure adimena lantzeko denborarik hartzen ez baduzu, ez dago aberastasun materialik asetuko zaituenik. Lantze hau ez da tortura, baizik eta zure kontzientzia entrenatzea zoriontasunera eramaten zaituzten pentsamenduak eta ekintzak elikatzeko.

Zure zoriontasuna zure arrakasta da, beraz, ez utzi inork lapurtzen. Babestu zeure burua zu haserretzen saiatzen direnengandik. Mutikoa nintzenean, haserretu egiten nintzen norbaitek nire inguruan zurrumurru faltsuak zabaltzen zituen bakoitzean. Geroago, konturatu nintzen nire lasaitasuna jendearen onespina edo laudorioa baino garrantzitsuagoa dela.

Kontzientzia pertsona baten benetako izaera eta motiboak agerian uzten dituen zentzumen intuitiboa da. Zure kontzientzia garbi dagoenean, eta zuzena dena egiten ari zarela badakizu, ez duzu ezer beldurtzeko. Kontzientzia garbia Jainkoaren jokabide onaren lekuko da. Kontzientziaren auzitegian absolbituta egoteak zoriontasuna izatea eta Jainkoaren bedeinkazioak jasotzea esan nahi du.

Pertsona batek dirua irabazten ez badu, dirua irabaztean zentratzen ez delako da. Era berean,

zorigaiztoko bada, zoriontasuna lortzean zentratzen ez delako da.

Bizkarrean urrezko zama daraman mandoak ez daki daramanaren balioa. Era berean, gizakia hain dago kezkatuta bizitzaren zama sorbalden gainean eramateaz, bidearen amaieran zoriona aurkitzeko itxaropenarekin, ezen ahazten baitu bere baitan poz espiritual gorena eta iraunkorra daramala.

(Basamortuko gameluak bezala, egarriz hiltzen dira bizkarrean ura daramaten bitartean)

Zoriontasuna "gauzetan" bilatzen duelako, ez daki bere baitan zoriontasun aberastasun bat duela.

Betebeharrari dagokiona ematea

Yogak ez du gomendatzen bizitzako erantzukizunak alde batera uztea edo saihestea. Aitzitik, eskatzen dizu zure gogoa Jainkoaz betetzea, bizitzako dramari zure papera jokatzen duzun bitartean. Basoetan edo mendietan bizitza isolatu bat nahi baduzu, zure betebeharrak alde batera utziz Jainkoa aurkituko duzula sinetsita, lehenik prestatuta egon behar duzu eta egun osoan meditazioan (geldirik) eserita egoteko gai izan behar duzu, hainbat egunez jarraian. Ahalegin hori miresgarria da, zalantzarik gabe, horretarako gai direnentzat. Baina askoz handiagoa da munduan egotea, baina munduan ez egotea; zure benetako erantzukizunak besteen onerako betetzea, aldi berean Jainkoarengan pentsatzen duzun bitartean.

Bereizketa egin behar da betebeharrak nagusien eta txikiarren artean, garrantzitsuena lehenetsiz garrantzi gutxiagoaren gainetik. Gainera, ez dago beste

betebeharrik kontraesanean jarri behar denik. Eskriturek diote betebehar bat beste batekin gatazkan dagoenean, ez dela benetako betebeharra frogatzen duela. Adibidez, zure osasunaren kontura arrakasta ekonomikoa bilatzen baduzu, zure ongizate fisikoa alde batera uzten ari zara. Era berean, erlijioarekin hain obsesionatuta bazaude, non zure finantza-erantzukizunak alde batera uzten dituzun, ez zaude orekatuta, betebehar bat zure gorputzarekiko eta familiarekiko dituzun betebeharrekin gatazkan jartzen utzi duzulako. Eta Jainkoarekiko zure betebeharra alde batera uzten baduzu zure arreta guztia zure familiarengan zentratuta dagoelako, hori ez da benetako betebeharra.

Askok galdetzen dute: «Lehenik arrakasta materiala lortu behar al dugu gure munduko betebeharrak betetzeko eta gero Jainkoa bilatu?» edo «Lehenik Jainkoa aurkitu eta gero arrakasta bilatu behar al dugu?»

Jainkoa da lehenengoa, eta ez genuke gure eguna hasi edo amaitu behar Berarengan pentsatu eta sakon hausnartu gabe Gogoratu behar dugu Jainkoagandik jasotzen dugun indar eta energiarik gabe ezingo genukeela ezer lortu Beraz, gure betebeharrik handiena Berarekiko da Beste betebehar guztiak betetzen baditugu Harekiko dugun betebeharra bete gabe, ez da Bera pozik egongo Hoberena da gure ekintzak Jainkoa atsegin duen moduan egitea

Zoragarria da Jainkoaren bilaketa arrakasta materialarekin konbinatzea pentsatzea. Baina norbaitek sakon eta aldizka meditatzen ez badu, Jainkoaren kontzientzia sendo finkatu arte, munduak

bere kontzientzia gainezka egingo du, eta ez du denborarik izango gai espiritualetarako. Eta Jainkoa gurekin dagoela ziur sentimendurik ez badugu, gure munduko betebeharrak askotan tormentu psikologiko iturri bihurtzen dira. Baina Jainkoa uneoro zurekin dagoela sentitzen duzunean eta Harengan pentsatzen duzunean zure betebeharrak betetzen dituzun bitartean, pertsona zoriontsuenen artean egongo zara.

Zorionekoak Jainkoa maite dutenak, betiko pozik eta zoriontasun betikoan baitaude.

Nire tutore Swami Sri Yukteswarren irakaspenak jaso ez banitu, zeinak jainkozko kontzientzia eman zidan, aspaldi galduko nuen nire erabakia eta ez nuke gai izango jendeari laguntzeko eta Jainkoa bilatzeko eta meditatzeke tenpluak eraikitzeke. Hala eta guztiz ere, batzuek nire bidea oztopatzen saiatu dira nirekin lankidetzan aritu beharrean.

Jendea obeditzera behartuta dauden nagusitzat hartzen duenak, haren aurka jarriko da eta bide eta metodo guztien bidez kentzen saiatuko da.

Baina benetako maitasunez besteak gidatzen eta aholkatzen saiatzen bazara, bihotzeko errege koroatuko zaituzte. Eta denak berdin maite dituzunean, maitasun horri erantzuten diotenak ezagutu ahal izango dituzu.

Jainkozko maitasuna paregabea da

Jainkoarekiko deboto batzuek bizi duten jainkozko maitasunaren istorioa jakingo bazenu! Bizitzako beste esperientzia batek ezin du poz horrekin konparagarri izan. Jainkoaren maitasunean etengabe murgilduta

zegoen santu bat ezagutu nuen, eta bere aurpegiak maitasun santua irradiatzen zuen. Jainkoaren begia beti dago maite dutenengan, eta ez ditu inoiz une batez ere abandonatzen.

Nire maite Jainkoa ikusten dut inguruko guztian

Loreetatik niri begira eta ilargiaren leihotik behera begira ikusi nuen

Naturaren aurpegian eta arima noble eta bihotz onekoen aurpegietan ikusten dut.

Ez dugu alde batera utzi behar Maite Handiena, ontasun, maitasun eta grazia guztien iturria. Ez dugu utzi behar gure bihotzak mundu honetako ilusio eta hutsalkeriaz betetzen, baizik eta jainkozko maitasunaz, bihotza berpizten, adimena inspiratzen eta arimaren indarra berritzen duena. Maitasun hori paregabea da. Jainkozko maitasunak bilatzailearen izatea bereganatzen duenean, bere gorputzeko zelulak pozten dira, eta poz handienaz betetzen da. Eta esperientzia honi buruz, Jainkoaren maitaleetako batek abestu zuen:

Unibertsoaren Jauna tenplu espiritual batean sartu zenean

Pozak bihotza gainditu zidan, eta haren taupadak ahaztu nituen

Nire gorputzeko zelula guztiek beren zereginak ahaztu zituzten bezala

Harrituta geratu zen betiko bizitzaren ahotsa entzutean

Izateko maite handienaren ahotsa, Jainkoaren ahotsa, bizitzaren iturria

Nire bihotza, nire garuna eta nire izatearen atomo guztiak elektrifikatu ziren

Jainkozko presentzia santuenak ukitu baitzuen

Hori da jainkozko maitasunaren eta Jainkoa maite dutenen bizitzan duen eraginari buruzko begirada labur bat.

Gorrotoak eta gerrak sortzen eta jendearen bihotzetan uzten dituzten atsekabeak frogatzen dute espiritualtasuna, errukia, adeitasuna eta maitasuna indar gorenak direla. Gorrotoa suntsitzailea da, maitasuna, berriz, unibertsoko indar eraikitzaile handiena.

Beraz, lagun maiteok, gorrotoaren alferrikakotasuna eta gerraren ergelkeria onartu behar ditugu, eta Jainkoarengana jo gure izate osoz eta maitatu bihotz-bihotzez. Izan ere, haren maitasunak poztasun eta gogobetetasun osoz betetako arrakasta ematen digu: bestela lortu ezin den arrakasta.

Maitasunak bakarrik eraikiko du mundu hobea, ongia ekarriko die bertako biztanleei eta bizitza duina emango die. Nazioek bide okerretan elkarri inposatzeari utziko baliote, eta maitasuna eta elkarrekiko laguntza onartuko balituzte, arrakasta globala ikusiko genuke, eta horren fruituak lurreko pertsona guztiek gozatuko lituzkete.

Pentsa ezazu gerran gizaki bat beste batek hiltzeko gastatzen diren milioika eurotan! Zer lotsa gizateriarentzat! Eta zer izan liteke azken emaitza mina, sufrimendua, suntsipena eta hondamendia ez bada?

Giza miseria honi amaiera emateko modu bakarra maitasuna da.

Nazio batek suntsipen masiboko armak eraiki eta garatzen dituen bitartean, beste nazioek metodo eta arma sofistikatuagoak eta hilgarriagoak asmatzen saiatuko dira beren burua babesteko, eta jendea etengabeko beldurrez biziko da. Zergatik ez dituzte nazio guztiek maitasuna eta ulermena lantzen gorrotoa eta gerra piztu beharrean? Benetako irtenbidea maitasun eta ulermenezko erlijio unibertsal batean datza. Maitasunak gizateria garaile egiten du.

Botere bakoitzaren atzean dagoen indarra

Lehenik eta behin, lortu arrakasta Unibertsoaren Jaunarekin. Jendea hain dago murgilduta bere lanean, ezen uste baitu ez dutela denborarik Jainkoaz pentsatzeko. Baina zer gertatuko litzaioke pertsona bati Jainkoak bere boterea gorputzetik eta burutik kenduko balu? Bihotzak taupadatzeari utziko lioke, eta garunak pentsatzeko gaitasuna galduko luke.

Jainkoa giza maitasun ororen atzean dagoen jainkozko maitasuna da, gogo ororen atzean dagoen gogo unibertsala, nahi ororen atzean dagoen azken borondatea, lurreko arrakasta ororen atzean dagoen arrakasta handiena eta botere guztien atzean dagoen botere gorena.

Zain guztietan dagoen odola eta hitzen atzean dagoen arnasa da

Bere boterea kenduko balit, berehala isilduko nintzateke hitz egiteari eta nire ahotsa betiko isilduko litzateke.

Bere botereak gure bihotzetan eta gogoetan eragingo ez balu, hilotz bizigabeak izango ginateke

Gorde dezagun - Jainkoak gorde zaitzala - ederra dena... eta gogoratu dezagun bizitzako gure lehen betebeharra Jainkoarekiko dela

Betebehar sakratu hori betetzen dugunean, gure iturriarekin konektatzen gara eta gure bihotzak poz beteta daude; hori da arrakasta handiena eta garaipen gorena. Bakea izan bedi zurekin.

Errege Aszetaren Ipuina

Aspaldi, Indian, Vyasa izeneko jakintsu handi bat bizi izan zen, Bhagavad Gitaren egilea, hindu testu espiritualen artean handiena. Bere botere espiritual izugarrirei esker, espiritu sublime bat deitzea lortu zuen bere emaztearen sabelean. Fetua haren barruan hazten zen heinean, aitzak jaio gabeko haurrari ezagutzaren sekretuak eta jakinduriaren funtsa transmititu zizkion bere emaztearen subkontzientearen bidez.

Jaiotzean, haurrari Sukdeva izena jarri zioten. Bere aita jakintsuaren heziketari eta zaintzari esker, haur apartekoa zela frogatu zen, guztien arabera. Zazpi urterekin, filosofia eta jakinduria liburu guztiak memorizatuak zituen eta munduari uko egiteko prest zegoen, ezagutza gehiago lortzeko irakasle jakintsu baten bila.

Indian, egiaren egarri den bilatzaileak irakasle espiritualak bilatzen ditu, harik eta bat aurkitu arte, sakonean konturatzen dena bera dela Jainkoak bidalitako gida, ezjakintasunaren iluntasunetik ezagutzaren argira salbatzeko.

Ezagutza espiritualaren nahia hasierako faseetan dagoenean, bilatzaileak hainbat iturritatik jasotzen du noizean behin instrukzio espiritualak. Baina Jainkoaren irrika areagotzen denean, Jainkoak jainkozko zientzietan sendo oinarritutako irakasle espiritual bat bidaltzen dio, bilatzaile aspirantea etxe espiritualera itzultzeko bide sakratu gisa balio duena, hau da, gizakiaren baitako Jainkoaren erreinura.

Sukdevak gida espiritual baten bila hastea erabaki zuenean, aitak Janaka erregearengana, probintziako gobernadorearengana, joateko aholkatu zion. Sukdevak bere liburuak hartu eta errege-gortera abiatu zen. Jauregiko atetik sartu bezain laster, erregea errubi eta diamantez jositako urrezko tronu batean eserita ikusi zuen, emakumeen segizio batek inguratuta, palmondo-hostozko haizagailuekin haizatzen (antzinako Indian uda beroan ohitura zen bezala).

Gnaka erregea (monji bat) bere tronuan zegoen orduan, ekialdeko hookah bat erretzen, eta Sukdeva haurra txundituta geratu zen ikuskizun horrekin eta bere buruari esan zion: "Lotsa eman behar diot nire aitari, errege mundutar honengana bidaltzeagatik! Nola izan daiteke hain joera eta izaera materialistak dituen gizon bat nire irakaslea?!"

Baina Gnaka erregea erregea eta santua zen aldi berean. Munduan bizi zen, baina ez zen mundukoa. Espiritualtasunean hain aurreratua izanik, telepatiaren bidez hauteman zuen zer gertatzen zen Sukdevaren buruan, zeinak bere gortea utzi eta etorri zen lekura itzuli zen.

Errege-santuak mezulari bat bidali zuen mutilaren atzetik, itzultzeko eskatuz. Itzuli zenean, irakaslea

eta dizipulua aurrez aurre elkartu ziren, eta erregeak bere laguntzaileak bidali eta berehala hasi zen Jainkoari eta bere mirariei buruzko elkarrizketa liluragarri eta sakon batean.

Lau ordu igaro ziren, eta Sukdeva urduri jartzen eta gose sentitzen hasi zen, baina ez zuen Gnaka erregea molestatu nahi, Jainkoaren itsasoetan murgilduta eta haren maitasunak mozkortuta baitzegoen.

Ordubete igaro bezain laster, bi mezulari iritsi ziren oihuka: "Maiestate, hiri osoa erretzen ari da, eta sugarrak jauregira hurbiltzen ari dira. Hain jatorra izango al zinateke suhiltzaileen ahaleginak gainbegiratzeko?"

Erregeak erantzun zuen: "Sukdeva lagunarekin hizketan ari naiz Jainko errukitsuaz, zeinak babesten baitu harengan babesa bilatzen duten eta haren laguntzan konfiantza duten guztiak. Ez dut beste ezer egiteko denborarik. Utzi bakean eta joan zaitez besteei sua itzaltzen laguntzera".

Beste ordubete igaro ondoren, bi mezulari berberak Janaka erregearengana itzuli eta oihu egin zuten: "Aroaren Erregea, berehala alde egiteko eskatzen dizugu. Jauregia suz inguratuta dago, eta garra azkar hurbiltzen ari dira zure gelara".

Erregeak erantzun zuen: "Ez dago arazorik! Ez kezkatu, oraindik ere jainkozko ardoa edaten ari naiz nire lagun maitearekin. Zoaz eta egin dezakezuna".

Sukdeva harrituta geratu zen erregearen erreakzioarekin, baina lasai egoten saiatu zen, inguruko iskanbilak eragin gabe. Handik gutxira, bi

gizon, sugarrek erreta, erregearengana hurbildu eta oihu egin zuten oihuka: "Ai errege ahaltsua, begira! Gar sutsuak zure tronura hurbiltzen ari dira! Ihes egin, Maiestate, suak irentsi baino lehen!"

Erregeak erantzun zion: "Zoaz, zure segurtasunerako seguru eta babestuta sentitzen naiz Jainkoaren besoetan, Guztia Babesten duenaren besoetan, eta ez naiz suaren eta haren sugar suntsitzaileen beldur".

Bi gizonek bizirik ihes egin zuten, eta sua Sukdevaren ondoan zegoen liburuen pilara hurbiltzen hasi zen, baina erregea lasai eta gertatzen ari zen guztiaz arduratu gabe mantendu zen.

Hori entzutean, Sukdeva izutu egin zen eta lasaitasuna galdu zuen. Bere eserlekutik altxatu eta eskuekin sugarrak jotzen hasi zen, bere liburu preziatuak babesten saiatuz. Orduan Gnaka erregeak irribarre egin zuen, eta keinu batekin, sugarrak desagertu egin ziren, inoiz egon ez balira bezala. Sukdeva harrituta geratu zen ikusi zuenarekin eta berriro eserlekuan hondoratu zen, harridura eta nahasmenak jota.

Azkenean, erregeak lasai esan zuen: "Ai Sukdeva mutikoa, ni ikustean munduko gauzetan murgildutako errege bat nintzela pentsatu zenuen, baina begira zeure burua! Jainko Ahalguztiduna eta Babeslea alde batera utzi zenuen zure liburuak babesteko, eta nik ez nion erreinu eta jauregiari erreparatu, baina Jainkoak mirari hau egin zuen zuri erakusteko, munduan duzun aszetismoa gorabehera, Jainkoari baino zure liburuei atxikiago zaudela, eta nire erreinuari atxikiago zaudela, nahiz eta munduan bizi naizen bakardadean eta ermitauan egon beharrean".

Sukdevak lotsa sentitu zuen, eta aldi berean konturatu zen errege santu hau zela -eta ez beste bat- bere gidari espirituala.

Ganakka erregeak Sukdevari proba zorrotz bat egiteko eskatu zion, munduan bizitzeko artea irakasteko, munduaren tranpetan erori eta mugapenek lotuta egon gabe. Egun batean, erregeak bi ontzi eman zizkion Sukdevari, olio beteta, eta esan zion: "Jarri ontzi bana esku bakoitzean eta sartu jauregiko gela guztietan, altzari dotoreekin, eta itzuli niregana, edukia ikusi ondoren. Baina gogoratu ez zaitudala nire dizipulutzat onartuko alfonbretan olio tanta bakar bat ere erortzen uzten baduzu".

Erregeak bere bi guardia eskatu zituen Sukdevarekin joateko.

Proba hori oso zaila izan zen, baina bi ordu igaro ondoren, Sukhdeva garaile atera zen. Ez zuen olio tanta bakar bat ere isurtzen utzi esku luzatuetan zituen bi ontzi gainezkaetatik.

Erregeak esan zion: "Sokdeeva, kontatu jauregiko gela bakoitzaren xehetasunak".

«Errege Jauna», erantzun zuen Sukdevak, «nire burua guztiz murgilduta zegoen olio alfonbretan isurtzea saihestean, eta horregatik ez nuen beste ezer nabaritu jauregian».

Erregeak erantzun zion: "Sukdeva, etsipena eman didazu! Ez duzu nire proba gainditu. Jauregiko ganberetan dena aztertzeke eskatu nizun, eta, aldi berean, bi ontzietatik olio tanta bakar bat ere ez isurtzeko. Itzuli eta saiatu berriro, eta amaitutakoan etorri niregana eta esadazu zer ikusi duzun".

Hamar ordu geroago, Sukhdeva lasai itzuli zen. Ez zuen oliorik isuri eta ez zegoen lehen bezain izerditan edo urduri. Erregearen jauregiko edukiari buruzko galderei erantzuteko eta gelen xehetasunak zehaztasun harrigarritz deskribatzeko gai izan zen.

Gnaka erregea pozik zegoen Sukdevak azterketan izandako arrakastarekin eta ahots leunez esan zuen:

"Seme, ondasunekiko atxikimendua da miseriaren iturria, ez ondasunak berak"

Oi Sukhdeva, mundu honetan ez dugu ezer; gauzak eman zaizkigu lur honetan dugun aldi baterako egonaldian erabiltzeko. Batzuek beste batzuek baino gehiago dute erabiltzeko, baina gogoratu aberatsek zein pobreek dena atzean utziko dutela alde egiteko ordua iristen denean. Pertsona batek ez luke bizitza desorekatua bizi behar, Jainkoaz bakarrik pentsatuz eta bere munduko betebeharrak alde batera utziz, jauregiko edukia ikusi gabe olioan arreta jarritz bezala. Baina zure bigarren bisitan, zure arreta batez ere olioan mantendu zenuen, baina aldi berean jauregian zegoen guztia ikusi eta xehetasun finenekin xurgatu zenuen. Era berean, zure burua Jainkoarekin lotuta mantendu behar duzu, jakinduriaren olioaren zure adimenaren ontzitik isurtzen utzi gabe, eta aldi berean aktibo egon behar duzu zuzena dena egiten eta ongia egiten, zeure buruari eta Jainkoak zure ardurapean jarri dituen laguntzeko.

Bakea izan bedi zurekin

Heriotza hasiera ala amaiera da?

Urteetan eta hilabeteetan zehar, bilaketa sakon eta etengabea egin nuen bizitzaren eta heriotzaren sekretua ezagutu arte, eta arimak gorputz higatuetatik irten ondoren enkarnaziora itzultzen diren ala ez jakin arte.

Jende gehienarentzat, ideia bat baino ez dirudi, edo sinesmen bat besterik ez, frogarik ez dagoelako. Baina ez dut sinesmen hutsetik hitz egiten; heriotzaren ondorengo bizitzaren eta berraragitzearen frogak aurkitu ditut. Beraz, nire esperientzia pertsonaletik baieztatu dezaket egitate hau.

Gizakiek heriotza izua eta tristuraz ikusten duten arren, gure aurretik zoriontasun eremu horietara joan direnek heriotza poz, bake eta askatasun esperientzia zoragarritzat hartzen dute.

Zein zoragarria izango den heriotzaren ondorengo bizitza! Ez da beharrezkoa izango hezur-sorta astun hau eramatea, harekin lotutako min eta arazo guztiekin. Mundu etereoko arimek beren kontzientzia mantentzen dute eta askatasunez gozatzen dute muga fisiko eta material guztietatik.

Heriotzan, pertsonak gorputz fisikoaren mugak ahazten ditu eta konturatzen da zein askea den. Beldurraren sentsazioa dago segundo batzuetan: ezezagunaren beldurra, giza kontzientziarentzat ezezaguna den zerbaiten beldurra. Baina orduan arimak ezagutza sakona eta poz izugarria bizi ditu muga guztietatik askatu izanagatik, batez ere kaiola fisikotik kanpo egotearen sentsaziotik.

Ez dago beldur izateko ezer, pertsona bat hiltzen ez den bitartean bizirik baitago, eta hiltzen denean, amaiera da eta ez da beldur izateko ezer geratuko.

Heriotza esperientzia arrunta da: gizaki orok jasaten duen aldaketa. Kontsola gaitezen heriotza guztioi gertatzen zaigula esanez, eta bizitzako zama eta kezkak askatzeko aldia dela esanez.

Heriotza esperientzia atsegina da, baina ez litzateke bizitzako ikasgai gogorretatik ihes egiteko modu gisa nahi izan behar. Ihes egitea akatsa da. Lurrean norberaren egoera edozein dela ere, ausardiaz eta ausardiaz aurre egin behar die. Bizitzako erronkei aurre egitea lortzen duenean, heriotza merezitako saria bihurtzen da.

Heriotza ez da amaiera bat, baizik eta justiziaren jainkozko legeak (karmak) arimek ematen dien aldi baterako askapena, beren funtzioak ondo betetzen dituztenean edo minak beren indarra agortzen duenean, bizitzeko eta beren bidean jarraitzeko gai ez direnean.

Sufritzen dutenentzat (eta hausnartzen dutenentzat), heriotza gorputzaren tormentu mingarrietatik askatzea da, lasaitasun, esna eta bake egoera batera. Adinekoentzat, urteetako etengabeko lan eta borrokaren bidez irabazitako ondo merezitako pentsioa da. Guztiontzat, atsedeen ongi etorria da. Baina atsedeen honetan, lurreko existentzian bete gabe geratu ziren lozorroan dauden desioak esnatzen dira, eta arimak horiek betetzeko beharra sentitzen du. Desio horiek nahikoa indartsu bihurtzen direnean, arima lurrera itzultzen da eta berriro jaiotzen da.

Gure benetako nia, edo arima, bere funtsean hilezkorra da. Denbora batez lo egon gaitezke heriotza deitzen den aldaketa horren ondorioz, baina gure funtsezko identitatea ezin da inoiz galdu. Existitzen gara, eta gure existentzia betierekoa da. Olatu bat kostaldera iristen da eta gero itsasora itzultzen da bere funtsa galdu gabe; aitzitik, ozeanoarekin bat egiten du edo berriro itzultzen da beste olatu gisa.

Gorputza ozeano kosmikotik atera zen eta hilko da, baina gorputzean bizi den arimaren esentzia ez da inoiz betiko existitzeari utziko, jainkozko esentzia hori suntsitzea ezinezkoa baita.

Zergatik negar egiten dugu maite ditugunak hiltzen direnean? Gure galera atsekabetzen dugulako. Maite ditugunek bizitzako eskoletan baino hobeto ikasten utzi bagaitute, haiengatik poztu beharko genuke haiengatik atsekabetu beharrean. Hildako arimen atsekabeak lurrera lotuta mantentzen ditu gure atsekabearen sokekin, Jainkoaren mugagabeko horizonte maila altuagoetara aurrera egitea oztopatzen die.

Bizitzan gogor eta arduraz lan egiten dutenei heriotza iristen zaie, estatus eta maila altuago batera igotzeko. Eta huts egiten dutenei, ingurune berri batean berriro saiatzeko eta arrakasta lortzeko aukera berri bat emateko ere iristen zaie.

Argitasunik ez dutenek heriotza horma lodi bat bezala ikusten dute, betiko ezkutatzen dituen beren lagunak eta maiteak. Baina atxikimenduetatik eta desira berekoietatik libre daudenek, besteak Jainkoaren adierazpen gizatiar gisa maite dituztenek, ulertzen dute heriotzan beren maiteak

Jainkoarengana itzultzen direla askatasunaren eta zoriontasun hutsaren haizeak arnasteko haren zabalera zabalean.

Maitasun pentsamenduak bidali beharko genizkieke hildakoei eta Jainkoari eskatu bakea eta erosotasuna eman diezaien mundu berrian. Horretarako, bekainen arteko puntuan arretaz jarri eta bizitza osteko maite ditugunei mezu espiritual bat bidali behar diegu. Animo eta maitasun pentsamenduak ere bidali beharko dizkiegu. Gure mezuak etengabekoak badira, ziur aski sentituko dituzte eta gure sentimenduak berdinduko dituzte. Izan ere, haiek, aldi berean, gutaz pentsatzen dute eta gure desioa sentitzen dute, gogoratzen ditugun eta maitasun eta irrika mezuak bidaltzen dizkiegun bakoitzean pozten diren bezala.

Eta iritsiko da Jainkoak elkar maite dutenak berriro elkartuko dituen eguna, eta orduan jakingo dugu giza bizitza hau ez dela existitzen den guztia, baizik eta bizitza honetan eta hurrengoan gure lagunekin eta maiteekin dugun betiko eta etengabeko harremanaren katebegi bat besterik ez dela.

Bakea izan bedi zurekin

emaitza justua

Adimenak dena sortzen eta berritzen du, beraz, behar bezala gidatu behar da, ez dezan sortu

Ideia eta gauza onak bakarrik Ideia bati eusten badiozu, borondate eta erabakitasunez, lortuko du.

Forma ikusgarri eta ukigarria hartuko du pertsona batek bere borondatea helburuetarako erabiltzeko gaitasunean.

Beti erabilgarria eta eraikitzailea izanik, bere patuaren jaun bihurtzen da

Hiru modu garrantzitsu daude zure borondate-indarra kargatzeko eta sendo eta eraginkorra izan dadin:

Lehen praktikatzea eta menperatzea ezinezkoa zen lan edo lanbide sinple bat aukeratzea, eta horretarako erabakia hartzea

Arrakasta lan edo lanbide horretan

Lehenik eta behin, ziurtatu aukeratu dena lor daitekeela, eta gero ez amore eman porrotaren aurrean

Eta porrota.

Ahaleginak helburu bakar batean zentratzea eta hura lortzeko eskuragarri dauden energia eta aukera guztiak erabiltzea

Hori da helburua.

Oso garrantzitsua da beti ziurtatzea, norberaren isiltasunaren sakonean, norberak nahi duena eta lortzen saiatzen dena

Bere eskaera bere interesekoa da eta jainkozko nahiaren araberrakoa da. Orduan, bere botere osoa erabil dezake.

Bere helburua lortzeko borondatea, Jainkoarengan, botere guztien iturrian, arreta jarrita mantenduz.

Eta lorpenak

Beldurrak bizitzaren energia ahultzen du

Giza adimena energia edo jarduera bizidunen biltegi erraldoi bat da Jarduera hau da

Giharren mugimenduetan eta bihotzaren, biriken eta diafragmaren funtzionamenduan etengabeko erabilera du.

Zelulen metabolismoa eta odoleko erreakzio kimikoak, eta zentzumen-organoen funtzionamenduan

(Nerbioak) Gainera, bizi-energia kopuru handia gastatzen da

Pentsamendua, emozioa eta borondatea

Beldurrak bizi-jarduera ahultzen du Borondate aktiboaren etsairik gogorrenetakoa da Beldurra honetan oinarritzen da

Nerbioetara erregularoki doan bizitza-jarduera estutuz eta oztopatuz, badirudi

Paralizatuta geratu da, beraz, gorputza letargiko bihurtzen da eta bere bizitasuna nabarmen eta nabarmen gutxitzen da

Beldurrak ez dizu laguntzen zure beldurraren kausa kentzen; borondatea ahultzen du eta garuna gehiegi estimulatzen du.

Gorputzeko organoei oztopo-seinale bat bidaltzeko Beldurrak bihotza hartzen du eta prozesua oztopatzen du

Digestioak asaldura fisiko asko eragiten ditu kontzientzia Jainkoarengan zentratuta dagoenean

Ez dugu ezeren beldur izango eta oztopo eta oztopo guztiak ausardiaz eta fedearekin gainditu ahal izango ditugu.

Desioa energiarik gabeko desioa da. Asmoa zerbait egiteko erabakia da: desio bat betetzea edo

Nahiaren nahia, berriz, honela adieraz daiteke: "Nekaezin lan egiten dut nahi dudana lortu arte".

"Nahi dut" Pertsona batek bere borondatea entrenatzen duenean, jarduera biziaren indarrak askatu ditzake.

Eta gidatzea, ez bakarrik zerbait nahi izatea beharrezkoa dena egin gabe

Gauza hori lortzeko

Porrotaren ondoren ahalegin berriek benetako hazkundera ematen dute

Porrotak ere borondatearen eta hazkunde fisiko eta espiritualaren katalizatzaile gisa balio beharko luke.

Edozein proiektutarako, onuragarria da faktore, egoera eta inguruabar garrantzitsu guztiak aztertzea, horiek ezabatzeko.

Etorkizunean akats berdinak errepikatzeko aukera guztiz ezabatzea. Huts egitea desgaitzea da hurbilketarik egokiena.

Eta arrakastaren haziak ereiteko sasoirik emankorrena

Zirkunstantziek eragindako kolpeek eta ukabilkadek ubeldurak eta kontusioak eragin ditzakete, baina lasaitasuna mantendu behar da.

Zutik eta burua altxatuta, ez dugu saiatzean amore eman behar, baizik eta berriro saiatu behar dugu

Bestela, zenbat aldiz huts egiten dugun kontuan hartu gabe, ahalegindu egin behar dugu hori pentsatzen dugunean

Ez dugu gehiago borrokatzeko indarrik, harik eta gure onena egin dugula sakonean sentitu arte.

Gure onena egin dugu, eta gure ahaleginak arrakastaz koroatu arte egingo ditugu.

Bizitzaren borrokan iraun behar dugu amaierara arte, gure borondate indartsua erabiliz

Bizitzako zailtasun guztiak gainditzea

Porrotaren ondoren ahalegin berriek benetako hazkundera ekartzen dute, baina ahalegin horiek koordinatu eta bultzatu behar dira.

Arreta handiz eta borondate dinamiko eraginkorrez

Orain arte huts egin baduzu ere, ez da zentzuzkoa borrokatzeari uztea eta porrota patutzat hartzea.

Eta patuak dioenez, hobe da pertsona bat borrokan hiltzea, denbora duen bitartean ahalegintzeari uztea baino.

Gehiago lor dezake, bere ahaleginak bizitza berri batean jarraituko baitute hil ondoren ere.

Arrakasta eta porrota pertsona batek iraganean egindakoaren emaitza justuak dira, egindakoaz gain

Orain egiten ari da. Beraz, arrakastaren ideiak esnatu eta kargatu behar dira iraganekeo enkarnazioetatik.

Jarduera eta bizitasunarekin, egungo bizitzan porrotaren pentsamenduak kontrolatu ahal izateko

Pertsona arrakastatsu batek dituen zailtasunak eta arazoak besteek dituztenak baino handiagoak izan daitezke

Arrakastarik gabeko pertsonak aurre egin zion, baina lehenengoak porrotaren ideia guztiz baztertzen trebatu zuen bere burua.

Eta xehetasunez uneoro

Adimena frustraziotik eta etsipenetik garaipenera eta garaipenera aldatu behar da, kezkatik lasaitasunera.

Nahasmen intelektualetik eta antsietate psikologikotik foku mentalera, nahasmenetik eta asalduratik

Bakera, eta baketik zoriontasun espiritual santura

Autoezagutza hau duzunean, zure bizitzaren helburua arrakastaz koroatuta eta lortuta egongo da.

Glorioso

Psikoanalisiaren beharra.

Arrakasta lortu nahi dutenentzat, aholku hauek eskaintzen ditugu:

Arrakastaren beste sekretu bat psikoanalisia da. Introspektzioa ispilu bat da, eta horren bidez ikus daiteke.

Zure gogoaren sakontasun ezkutua, bestela zuretzat ezkutuan egongo liratekeenak, agerian geratzen dira. Saiatu huts egiteko puntuak identifikatzen.

Bereizi joera eta joera onak eta txarrak. Erabili autoanalisia zure egoera ulertzeko.

Zer lortu nahi duzu, eta zer oztopo daude zure bidean? Definitu zure benetako lanaren izaera

Ezagutu zure bizitzako helburua. Saiatu benetako nortasun baten ezaugarri guztiak edukitzen.

Eta noblea, pasio eta desioek mugitu gabe, bere gogoa Jainkoarekin harmonian eta bat etorriz mantenduz

Azkar, seguru eta konfiantzaz aurrera egingo duzu nahi duzun helbururako bidean

Azken helburua Jainkoarenganako bidea aurkitzea da. Baina badaude betebeharrak eta erantzukizunak.

Gauza hauek mundu honetan lortu eta bete behar dira Borondateak eta ekimenak lagunduko digute.

Konpromiso horiek definitzeko eta ahalik eta gehien betetzeko

Sormen ekimenaren indarra

Zer da ekimena? Pertsona baten barneko gaitasun sortzailea da: sortzailearen txinparta bat.

Infinituak inork lehenago sortu ez duen zerbait sortzeko gaitasuna ematen du, ematen duen bezala

Gauzak modu berri eta sortzaile batean egiteko motibazioa. Espiritua duen pertsona baten lorpenak.

Ekimenak izar iheskor bat bezain bikaina eta harrigarria izan liteke, eta badirudi zerbait sortzen ari dela.

Ezeretik, ezinezkoa dirudiena posible dela frogatzen du

Gizakia da espirituaren indar sortzaile handiena

Ekimen eta berrikuntza espirituak pertsona bati bere kabuz zutik egoteko aukera ematen dio, libre eta independenteki;

Arrakastaren ezaugarrietako bat

Jainkoaren irudia guztiongan dago

Jende askok bere hutsuneak barkatzen ditu, besteak etengabe kondenatzen dituen bitartean. Hau alderantzikatu behar dugu.

Jarrera besteen akatsak (jendearentzat kaltegarriak ez direnak) alde batera uztea eta gure akatsak menpe uztea da.

Mikroskopia

Batzuetan beharrezkoa da besteak aztertzea, baina kasu horretan, norberaren pentsamenduak norberarentzat gorde behar dira.

Alborapenik eta diskriminaziorik gabe Pentsamendu justu eta inpartziala ispilu bat bezalakoa da

**Ispilu garbi eta tinkoa, presaka gaitzetsi gabea
Eta ispilu horretan agertzen den guztia**

**Benetan den bezala agertuko da, apaingarririk
edo distortsiorik gabe**

**Ikus dezagun Jainkoaren irudia gizaki bakoitzean,
arraza edo sinesmena edozein dela ere. Maitasunaren
gozotasuna dastatuko dugu.**

**Sakratua gizateriarekin dugun batasuna sentitzen
dugunean da, ez elkarri zerbitzuan baino lehen.**

**Ni txikia (egoa) ahazten dugu eta mugarik edo
murrizketarik ez duen ni handi bakarra ukitzen dugu.**

**Berarentzat: Gizaki guztiak batzen eta elkartzen
dituen jainkozko espiritua**

**Ohitura intelektualek gizakiaren bizitza
kontrolatzen dute**

**Giza ohiturek arrakasta bizkortzeko edo
atzeratzeko ahalmena dute. Ez dira inspirazio
laburrak edo**

**Idea distiratsuek, eguneroko ohitura mentalak
izan ere, gure bizitzaren norabidea zehazten dute**

**Buruko ohiturak gauza eta pertsona mota batzuk
guregana erakartzen dituen iman mental bat dira.**

**Eta zirkunstantziek pentsatzeko ohitura onek
aukera onuragarriak eta onuragarriak erakartzeko
aukera ematen digute, baina**

**Ohitura intelektual txarrek mundutar izaera eta
joerak dituztenetara eta mundutar izaerakoak ez
diren egoeretara hurbiltzen gaituzte.**

Gomendatua

Ohitura txarrak neutralizatu daitezke eta haien indarra neutralizatu, horiek eragin ditzakeen edozer saihestuz.

Edo berpiztu, etengabe bertan zentratu gabe Horren ondoren, adimena ohiturarantz zuzendu behar da

Adeitasuna eta etengabe garatzen lan egitea gure bizitzaren parte bihurtu arte egin dezakegun zerbait da.

Fidatu harengan eta fidatu harengan

Gure baitan bi indar kontrajarri daude etengabeko borrokan: egin behar ez genukeena egitera behartzen gaituen indar bat

Guk egiten dugu, eta besteek zer egin behar dugun iradokitzen digute, gehiago diruditen gauzak

Zailtasuna Lehenengo ahotsa gaizkiaren ahotsa da, eta bigarren ahotsa, berriz, ongiaren edo Jainkoaren ahotsa.

Egunero ikasten ditugun ikasgai gogorren bidez, argi ikusten dugu ohitura txarrek zuhaitz bat elikatzen dutela

Amaigabeko material desioak, ohitura onek desioen zuhaitza elikatzen duten bitartean

Eta aspirazio espiritual altuak Ahaleginak gero eta gehiago bideratu behar dira garapen egokian

Zuhaitz espiritual bedeinkatuarentzat, egunen batean autoezagutza helduaren fruituak jaso ditzagun

Gosea

Pertsona batek ohitura txar mota guztietatik askatu badezake, eta dena egin badezake

Ona eta noblea dena nobleziaren eta adeitasunaren bidezko maitasuna da, ez gaizkiak atsekabea eta damua ekartzen dituelako.

Espirituz haziko da eta bidean aurrera egingo du

Pertsona bat libre izango da bere ohitura txarrak borondatez eta aukeraz uzten dituenean. Libre izango da bakarrik...

Maisu bihurtzen da, bere sentimenduei, pentsamenduei eta borondateari beharrezkoa dena egiteko aginduak emateko gai dena.

Egin zuen, bere nahien aurka joan bazen ere. Autokontrol eta autodominio botere horretan.

Betiko askatasunaren haziak barruan daude

Arrakastaren hainbat ezaugarri garrantzitsu aipatu ditut orain arte: pentsamendu positiboa, borondate proaktiboa,

Psikoanalisia, ekimena eta autokontrola Liburu askok horietako bat edo gehiago azpimarratzen dituzte

Ezaugarri hauek baino gehiago, baina ez du faktoreen atzean dagoen jainkozko boterea aitortzen

Hori da arrakasta. Jainkoaren nahiarekin lerrokatzea da arrakasta lortzeko elementurik garrantzitsuena.

Jainkoaren nahia lurra eta bertan dagoen guztia, eta unibertsoa eta bertan dagoen guztia mugitzen dituen indarra da. Jainkoaren nahia da.

Jainkoa da izarrek espazioan bultzatzen dituenak, eta haren nahia da planetak beren bideetan jartzen dituenak

Eta jaiotza, hazkuntza eta gainbeheraren zikloek bizitza forma guztiak gobernatzen dituzte. Bedeinkatua izan bedi Jainkoa, eta bedeinkatua izan bedi Bere nahia. Jakintsuak eta dena dakitenak

Jainkoaren bakea, errukia eta bedeinkazioak izan bedi zurekin

estasi espiritual

Estasi espiritualaren benetako esperientzia Jainkoak inspirazio espiritualaren botereaz hornitu gaitu: gure baitan bere presentziaren poza bizitzeko gaitasuna. Baina existentziaren indar gaiztoek imitazio faltsu eta engainagarri mota desberdinak asmatu dituzte. Alkoholaren eta drogen euforia iragankorra benetako esperientzia espiritualen faltsutzea da. Alkoholaren eta drogen erabilerak askotan sexu-praktiketan murgiltzera eramaten du, eta horrek inspirazio espiritual lortzea eragozten du, adimena .kontzientzia fisiko biziarekin mugatuz Jende askok alkohola edaten du kezka uxatzeko eta oroitzapen mingarri eta kezkagarriak ezabatzeko. Baina ahanztura mota honek pertsona baten berezko jakinduria espiritual lapurtzen du; bai, arazoak gainditzen eta zoriontasun iraunkorra aurkitzen laguntzen dion indarra bera .lapurtzen dio Jainkoa pozaren eta zoriontasunaren iturria da, eta nahi du guk bere zoriontasun etengabe berritzailea bilatzea eta .geure baitan aurkitzea

Badago indar kosmiko engainagarri eta sataniko bat -

Satanas, Iblis, Antikristoa edo Antikristoa - unibertso honetako adierazpen eta kontzeptu eder eta sublime guztiak .etengabe manipulatzeko saiatzen dena

Sorkuntzan zehar, ongiaren eta gaizkiaren indar bikoitzak ikusten ditugu elkarren aurka eta kontraesanean:

Jainkoak maitasuna sortu zuen, eta indar deabruzkoak gorrotoa; Jainkoak adeitasuna eta eskuzabaltasuna sortu zituen, eta indar deabruzkoak berekoikeria eta maitasun propioa; Jainkoak bakea eta harmonia sortu zituen, eta indar .deabruzkoak desadostasuna eta gatazka

Hau jakinda, bilatzaileak ulertu behar du alkohola eta drogak oso kaltegarriak direla bere zoriontasunerako, benetako poza espiritualak oztopatzen baitute eta garuneko zelulak kaltetzen baitituzte, bere adimenean eta bereizketan eragin negatiboa izanik. Alkohol edo droga dosi bakar batek ere mendekotasuna sor dezake, batez ere iraganeko bizitzetatik substantzia kaltegarri horietarako joera badago.

.Gauza gaiztoak saihestu behar dira, gaiztoak direlako Benetako estasi espiritualak bizitzen duzunean, ikusiko

duzu beste inongo esperientziak ezin duela parekatu.

Gurasoek beti ahalegindu behar dute seme-alabengan

kontzientzia espiritualak txertatzen, meditazioa eta bereizketa kontzienteak irakatsiz, plazer engainagarri eta faltsuen suarekin jolasteko tentazioari amore eman ez .diezaioten

Benetako zoriona amaigabea da, baina alkoholetik eta

drogetatik eratorritako plazerrak iragankorrak dira eta damua eta sentimendu suntsitzaileak baino ez dituzte uzten .atzean

Gauero, gure lo baketsu eta atsedengarrian, bakea eta pozaren zaporea sentitzen dugu. Lo sakon batean erortzen garenean, Jainkoak kontzientzia egoera sublime eta lasai batean bizitzen uzten digu, non mundu honetako kezka eta antsietate guztiak ahazten ditugun. Meditazioan, gogo-

egoera bedeinkatu hau esna gaudenean ere bizi dezakegu,
.eta beste maila bateko bakea dastatu
Jainkozko poza jaisten denean, nire arnasketa baretzen
da, eta nire espiritua hegan egiten du, mila loaldiren zoriona
aldi berean biziz, baina ez ditut nire ohiko zentzumenak
galtzen. Esperientzia kosmiko hau kontzientzia-egoera
gorena lortzeko sakonki murgiltzen direnentzat gordeta
.dago

Jainkoaren estasi izugarriaz betetzen zarenean zure
izatea, gorputza erabat gelditzen da, arnasa gelditzen da,
pentsamenduak baretu egiten dira eta pixkanaka
desagertzen dira. Meditatzailleak bere arimaren errealitatea
eta Sortzailearekiko hurbiltasuna sentitzen ditu, beraz,
jainkozko zoriontasunetik edaten du eta mila ardo dosik
.eman ezin duten pozaren estasia dastatzen du
Batez besteko pertsona batek logura sentitzen du esna
eta loaren arteko mugan, ongizate sentsazio labur bat biziz,
baina sentsazio hori azkar desagertzen da lo sakon batean
murgiltzen direnean. Loa ez da kontzientzia galtzea, esna
zaudenean badakizulako zure loa atsedengarria izan den ala
.ez

Loaren egoera asko daude —batzuk arinak, beste
batzuk sakonak—. Baina pertsona batek Jainkoarekin egoera
kontziente batean dituen esperientzia espiritualak loaren
edo atsekabearen zoriontasun handiena baino
zirrargarriagoak eta freskagarriagoak dira (lo hartu aurretik
.gertatzen den logura edo logura)

Loaren misterio eta misterioen atzean daude poz
sakratu hauek

Nahi dudan edozein egoeratan egon naiteke. Askotan
loaren munduaren eta munduaren kontzientziaren artean
.geratzen naiz: egoera sublime batean
Giza adimenak esparru zabal eta mugagabea du, baina
askotan ez gara konturatzen. Bi egoera bizi ditzaket aldi

berean: lo sakona eta esna osoa. Edo lo egin, amets egin eta .inguruan gertatzen den guztia entzun dezaket aldi berean Batzuetan pertsona arrunt bat bezala lo egiten dut. Lo

egin eta neure burua guztiz kontziente behatu ere egin dezaket. Goi mailako egoeran, zure gorputza eta adimena lo daude, baina gertatzen ari den guztiaz guztiz jabetzen zara.

Hori posible da soilik kontzientzia maila altuagoan kontzienteki eta nahita sartzeko eta esna egoera normalera .kontzienteki eta nahita itzultzeko gaitasuna landuz

Ez dago beldurrik gorputza uzteko meditazioaren, barne-bakearen edo irudimenaren bidez itzultzeko aukerarik gabe. Batzuek sustatzen duten ideia hau oinarririk gabea da. Gorputzarekiko atxikimendua hain da sendoa, ezen ez baita erraza bertatik ihes egitea. Kontzientzia gutxitzen bada ere, ezinezkoa da gorputza erabat uztea, subkontzientea harekin .konektatuta jarraitzen duen bitartean

Zerbait intentsitate handiegiaz bistaratzen baduzu, gauza hori haluzinazio bihurtuko da, errealitate subjektiborik gabekoa. Irudimenaren eta autoezagutzaren arteko aldea ulertu behar da. Jainkozko autoezagutzaren funtsezko froga —zure baitan dagoen Jainkoaren kontzientziaren frog— .benetan eta baldintzarik gabe zoriontsu izatea da

Meditazioan gero eta poz handiagoa eta etengabea sentitzen baduzu, jakin ezazu Jainkoaren presentzia zure ariman bizitzen ari zarela. Hala ere, zoriontasun sakratuaren fluxuan etenaldi edo etenaldiren bat badago, zure kontzientzian elementu arrotz baten froga da, eta barneko .poza berreskuratzeko ezabatu behar da

Jainkoa benetan ezagutzen duen irakasle espiritualak desio bakarra du: bilatzen dutenei gidaritza espiritualak eskaintzea, Jainkoarengan pentsatzera eta bihotzez, arimaz, gogoz eta ekintzez Harengana hurbiltzera animatuz. Harekin bat egiten duten guztiek Jainkoaren bedeinkapenak jasotzen dituzte haren bidez, Jainko Ahalguztidunaren eskuetan .tresna xume bat besterik ez baita

Ezin da Jainkoarekin egon argitasun espiritualala lortu
duzula pentsatuz soilik. Norbere burua hobetzea eta fintze
moralak ezinbesteko baldintzak dira maila altuagoetara
iristeko. Alde handia dago Jainkoa modu posible batean
ezagutzearen eta modu errealean ezagutzearen artean.

Apaltasunaren, jakinduriaren, zintzotasunaren, izaera
bertutetsuaren eta bihotzeko irrikaren bidez bakarrik ezagut
daiteke Jainkoa benetan. Apalak dira Jainkoa ezagutzen
.dutenak eta Jainkoak aitortzen dituenak

Kontzientzia kosmikoan sakontzen dutenek gaitasun
espiritual apartekoak eta indar naturalen gaineko kontrola
garatzen dituzte naturalki. Hala ere, benetako kontzientzia
jainkotiarra lortzen duen inork ez du bere botereak
harrotzeko eta erakusteko erabiltzen, jakinduriarik edo
.zuhurtziarik gabe

Jende jakintsuak ulertzen du Jainkoa dela existentzian
dagoen agente bakarra Eta apalki, berari egozten dizkiote
eman dizkien dohain apartekoak

Ez al da existitzen den guztia mirari bat? Eta ez al da
?gizakia, bere existentziagatik bakarrik, mirari bat ere
Gizakiak Jainkoak sortutako mirari guztiekin pozik ez
badaude, zergatik egin behar dituzte santuek mirari
?gehiago

Jainkoaren santu zuzenak ez dute ezer egiten Jainkoak
eskatzen ez badie, eta batzuetan arrazoi ilun eta ulertzeko
.zailak direla eta

Adibide batekin azalduko dut nola desberdintzen den
.goi-kontzientzia subkontzientearen kontzientziatik
Goi-mailako kontzientzia egoera da, non esna, lo eta
guztiz kontziente zaren bitartean gorputzean edozein
sentsazio eragin dezakezun borondatez eta kanpoko
.estimulurik gabe

Irudimen inkontzientearen eremuan (ametsen
munduan), esne bero kopa bat edan dezakezu, baina
esperientzia hau inposatzen zaizu. Kontzientzia altuago

batean, gauza bera, edo beste edozer, bizi dezakezu
.borondate kontzientearen bidez

Hori egiteko gai ez bada, ez luke norbera engainatu
behar kontzientzia altuagoaren gailurrera iritsi dela
pentsatuz. Bidea luzea iruditu daiteke, baina mila miliako
bidaia urrats bakarrarekin hasten da. Eta baikor jarraitzen
dugun bitartean, ez dago oztoporik nahi den helburua
.lortzea eragotziko duenik

Milioi bat pertsona liluratzen dituzte loaldian zehar
garatzen diren subkontzientearen mirariak. Baina egoera
altuago batean, nahi duzuna ikus edo jakin dezakezu, ez
irudimenaren bidez, baizik eta errealitatearen bidez. Aulki
honetan eseri eta nire gogoa edozein lekutara eraman
.dezaket eta han gertatzen dena zehazki ikusi

Batzuetan dizipuluak subkontzientean bizi dira, eta
batzuetan kontzientzia handiago batera igotzen dira. Eta
gutxi batzuk daude kontzientzia handiago batera igaro eta
kontzientzia kosmikoa lortzeko gai direnak: jainkozko
.espirituaren erreinua, jatorririk edo kausarik ez duena

Kontzientzia espiritual hutsaren egoeran, bilatzaileak ez
du aurretiko irudimenik behar gauzak bizitzeko. Kontzientzia
kosmikoarekin bat egiten duenean, bere kontzientzia
zabalduta eta existentziaren atomo bakoitzarekin bat egiten
du, unibertso osoaren eta izaki guztien kontziente bihurtuz.

Esperientzia hau kontzientziaren luzapen amaigabea da.

Kontzientzia hau bizi dutenek belar-zuntzetan eta mendi-
tontorretan presente sentitzen dira, baita gorputzeko zelula
.guztietan eta espazioko atomo guztietan ere

Baina kontzientzia kosmikoa hortik haratago ere badago

Pertsona batek bere presentzia existentzia osoan senti
dezakeenean

Pozak ere badaki zer dagoen existentziaren atzean
Jainkozko kontzientzia osoarekin bat egiten du. Bakea

.izan bedi zurekin

Ikuspegiak

Ulermena da Formen mundua hautemateko dugun bidea, eta hori ez da bost zentzumenek edo adimenak hautematen. Egia da Formen mundua zentzumen-munduan eta munduaren bidez agertzen dela, eta egia da azken hau ezagutzeak lehenengoa ezagutzea esan nahi duela, baina aldea dago biak nola ezagutzen diren.

Benetan ezagutu al dezakegu zentzumen-mundua bere dimentsio guztietan, zentzumen-pertzepzioaren edo pentsamenduaren bidez bakarrik? Noski ezetz. Egia, fenomeno, lege eta harreman infinituak daude, bai naturan bai gure gorputzetan, gizateriarentzat liburu zigilatu eta sekretu ezkutu gisa jarraitzen dutenak. Beraz, nola uler ditzakegu pentsamendu eta zentzumen-pertzepzio guztien atzean dauden eremu espiritualak?

Ulermena arimaren barnetik sortu eta funtzionatzen du, pentsamendua kanpotik datorren bitartean. Ulermenak egiarekin aurrez aurre egoteko aukera ematen digu, pentsamenduak, berriz, zeharka haren irudia ematen digu.

Ikuspegiak egia osotasun gisa ikusten du lotura bitxi eta zoragarri baten ondorioz (haren eta egiaren artean), adimenak egia zatitu eta zatitzeko lan egiten duen bitartean.

Gizaki orok du ikuspegiaren ahalmena, adimena duen bezala. Eta pentsamendua trebatu eta findu daitekeen bezala, ikuspegia ere landu eta garatu daiteke. Ikuspegi horretan, egiarekin harmonia osoan gaude. Zoriontasunaren mundua , zenbakian

batasunarekin) eta mundu espiritualala gobernatzen duten barne legeekin, eta Jainkoarekin ere bat gatoz

Nola ziurtatzen dugu gure existentzia? Pertzepzio sentsozialen bidez al da? Gure zentzumenek gure existentziaren berri ematen digute eta izatearen kontzientziaren iturria agerian uzten al digute? Noski ezetz. Existentziaren sentimendua ez dago zentzumenen menpe, eta hauek ezin dute ezeren kontzienteki izan sentsazio prozesuaren parte garela ulertu gabe.

Zentzumen-pertzepzioak eta pentsatzeko prozesuak existitzen garela esaten al digute? Noski ezetz, gogoaren datuak zentzumen-inpresioez osatuta baitaude eta hauek -geroago denez- ezin digute frogatu existitzen garela.

Pentsatzeko ekintzak ezin digu existentziaren kontzientzia eman, existentzia pentsatzeko prozesuan bertan baitago. Kanpoko munduarekin alderatzen dugunean eta existitzen garela arrazoitzen edo ondorioztatzen saiatzen garenean, existentziaren kontzientzia pentsatzeko eta arrazoitzeko ekintzan bertan dago. Pentsamenduaren mugak eta zentzumenen ezintasuna kontuan hartuta, nola jakin dezakegu existitzen garela? Erantzuna arimaren ulermenean bakarrik datza. Ezagutza hau intuizioaren adierazpena da. Arrazoia eta zentzumenak gainditzen ditu, eta hauek ez dute existentziarik ulermenik gabe.

Zaila da ulermena definitzea, guztiongandik hain gertu dagoelako. Guztiok sentitzen dugu. Ez dakigu zer den kontzientzia existentziala? Hain ezaguna da, non definizioari aurre egiten dion. Norbaiti nola dakien existitzen dela galdetuko bazenio, ezingo luke erantzun. Badakite, baina ezin dute definitu. Azaldu eta adierazten saiatuko lirateke, baina haien hitzek ezin dute adierazi beren baitan sentitzen dutena.

Ulermenak gaitasun hori du bere forma eta adierazpen guztietan.

Laugarren metodoa, beste nonbait azaldua, ulermenean oinarritzen da. Zenbat eta arreta gehiago jarri, orduan eta hobeto ezagutuko dugu Jainkoa.

Ulermenaren bidez, Jainkoa ezagutzen da, eta lotura bat ezartzen da zentzumen-munduaren eta mundu idealaren artean. Azken hau zentzumen-munduan eta horren bidez hautematen da. Orduan, zentzumenen eragina desagertzen da, pentsamendu kezkarriak desagertzen dira, eta Jainkoa ezagutzen dugu —zoriontasunaren iturria—, eta gure baitan Bat eta Guztia Batean dagoenaren kontzientzia sortzen da. Hau da munduko profetek, pertsonaia handiek eta jakintsuek duten ikuspegia.

Hirugarren metodoak, edo aurretik deskribatutako metodo kontemplatiboak, ikuspegiaren mundura eramaten gaitu arduraz eta aktiboki praktikatzan dugunean, baina zeharkako metodoa da eta denbora gehiago behar du guregan ikuspegi edo ezagutza zuzenaren bidez gertatzen dena sortzeko.

Beraz, ulermenaren bidez Jainkoa ezagutu dezakegu bere agerpen guztietan. Gure zentzumenek ez dute gai guri hura agertzeko, kanpoko itxurak baino ez baitituzte hautematen. Ez dago adimenik edo arrazoiketarik ezin duena Jainkoa benetan ezagutu, adimenak ezin baitu zentzumenen informazioa eta datuak gainditu. Zentzumen-inpresioak antolatu eta interpretatu besterik ezin ditu egin.

Zentzumenek Jainkoarengana hurbiltzen ez gaituztenean, adimenak ere huts egiten du, haien menpe baitago. Beraz, barne-ikuspegira jo behar

dugu Jainkoa bere forma bedeinkatuan eta bere beste agerpenetan agertzeko.

Hala ere, hainbat oztopo daude pertzepzio intuitibo honetarako, hala nola gaixotasuna, ahultasun mentala, zalantza, nagitasuna, anbizio materialak, pentsamendu desbideratuak eta ezegonkortasuna. Oztopo hauek heredatu edo besteekin elkartzearen bidez eskuratu ditugu. Gauza kaltegarri eta osasungaitzetarako joera heredatua ahalegin mental sendoaren bidez gainditu daiteke, porrota eta frustrazioa borondatearen bidez gainditu ditzakegun bezala. Ahalegin egokiarekin eta jende onaren konpainiarekin —Jainkoari deboto diotenenekin—, ohitura txarrak errotik kendu eta haien ordeez onak landatu ditzakegu.

Egia ikusi, ukitu eta ulertu dutenei laguntzen ez badiegu, baliteke egia hori zein den ez jakitea.

Ikerketa-espiritua berezkoa da guztiongan, eta mundu honetako pertsona oro egiaren bila dabil, hau baita bere betiko ondarea, eta etengabe bilatzen ari da, jakinduriaz edo ergelkeriaz, aurkitu eta erabat berreskuratu arte.

Ez da beranduegi Ahaleginak egiten dituztenek arrakasta izango dute, eta irauten dutenek helmugara iritsiko dira!

Gizaki ikusezina.

Paramhansa Yogananda maisua

Gizakiak begi hutsez ikusezinak diren izaki gisa dioen ideia bera ez-naturala eta logikoa ez dena iruditzen zait. Egunero ikusten gara geure buruari izaki fisiko gisa. Baina hainbat modu daude gure ezkutuko eta funtsezko izaera agerian uzteko.

Adibidez, begiak ixten badituzu, zure gorputza ikusezin bihurtzen da zuretzat Beraz, nola dakizu existitzen zarela? Zure gorputzaren pisua sentitzen

duzu, eta entzun, usaindu, dastatu eta sentitu dezakezu, baina benetan zeu pentsamenduan eta sentimenduan bakarrik zara Zu pentsamendu asko biratzen diren muin ezkutatu bat zara Orain ireki begiak Galdera da: ikusten duzun forma zara, edo duela une bat begiak itxita sentitu zenuen barne izakia?

Gizaki ikusgaia ez da garrantzi handikoa. Benetan axola duena ezkutuko nia, edo arima, da Lo egiten duzun bitartean, ez zara kontziente ikusgai den gizakiaz, baina zeure buruaz jabetzen zara, esnatzean badakizulako zure loa baketsua eta atsedengarria izan den ala ez. Beraz, zure ezkutuko nia erreal da. Ni ikusezin hori gabe, zure irudi ikusgaiak ez luke inolako esanahirik edo garrantzirik izango.

Ni ezkuturik gabe, gorputza baliogabea litzateke, gorpu bizigabea edo karkasa zurruna bezala.

Barneko ni ezkutua da benetakoa. Hala ere, bitxia bada ere, jendeak ez du saiakerarik egiten ni ezkutatu honen izaera aztertzeko! Beren arreta erabat forma fisikoan zentratzen da, erraz ukitu eta ikus dezaketena. Horregatik, egunak eta gauak beren gorputz fisikoari eta haren beharrei arreta jartzen diete, inoiz gelditu gabe barneko ni ikusezina benetako errealitatea dela kontuan hartzeko.

Gorputz fisikoaren barruan antzekotasun bereko argi-gorputz bat dago. Giza ikusmenerako ikusezina den arren, arimaren planeta- edo etereo-azala da.

Hatz bat anputatu dieten pertsonak oraindik hor dagoela sentitzen dute Gorputz-adar bat galdu duen edonork badaki sentsazio hau Gorputzeko organo bakoitzaren pareko edo pareko etereo ezkutatu bat dago Bihotz fisikoaren atzean bihotz ezkutatu bat dago, eta hori gabe bihotz ikusgaiak ezingo luke taupadarik egin Gizakiek ikusmenaren, entzumenaren, garunaren, hezurren eta nerbioak bezalako organo

ikusezinak dituzte Argiaren eta jardueraren ehunak diren organo hauek gizakiaren gorputz planetario ikusezina osatzen dute Gorputz planetarioa edo etereoak gorputz fisiko ikusgaiaren berdin-berdina da Aldea da bere forma argitsu eta bizia oso sotila dela

Gorputza ezgaitasunen batek jota dagoenean, ez da norberak sinetsi behar ikusmena galdu dela edo esku bat galdu duela. Begi eta esku ikusezinak oraindik ere presente daude. Beso fisikoa paralizatuta egon daitekeen arren, beso ikusezina ez dago ezgaituta. Ez sinetsi inoiz organo ikusezinak inola ere kaltetzen dituenik organo fisikoen gaixotasunagatik, pentsamendu negatiboek energia bizi-kontzientearen fluxua eragotziko baitute gorputz fisikoko organoetara.

Korronte elektrikoa kabletik igarotzen da Zer da garrantzitsuagoa: kablea ala elektrizitatea? Kablea elektrizitatea bertatik igaro dadin besterik ez dago Elektrizitatearen existentzia ez dago kablearen menpe Era berean, gorputza izaki ikusezinak, arimak, erabiltzeko dago, eta ez alderantziz

Zoritxarrez, ezkutuko ni hau gorputzari lotuta dago! Bestela, uretan ibili, espazioan hegan egin eta gorputzera itzuli gintezke.

Estalitako norberaren gorputz etereoak bere pareko fisikoak baino askoz handiagoak diren pertzepzio sentsozialak ditu. Gizakiek makinak sortu dituzte, eta, kasu batzuetan, gorputz fisikoa baino askoz hobeak dira, eta hau muga ugarik mugatzen dute. Baina gorputz etereoaren kontzientzia garatzen den heinean, ikusiko duzu belarriak entzun ezin duena entzun eta begiak ikusi ezin duena ikus dezakeela. Zentzumen fisikoen eremutik haratago dauden gauzak usaindu, dastatu eta ukitu ere egin ditzake.

Jendea beti kezkatuta eta interesatuta dago gorputz fisikoaren lanpararekin, lanpara hori pizten duen elektrizitate sekretu hori bilatzea bururatu gabe.

Gizaki ikusgaia hamasei elementuz osatuta dago: merkatuan eros daitezkeen substantzia kimikoak! Gorputz fisikoak ez du balio handirik bere elementu osagaien aldetik. Garaia da gizateriak gizaki ikusezinaren ulermen hobea lantzeko. Gizaki ezkutu hau gaitasunak, pentsamenduak eta lagunak dituen da, maite eta pentsatzen duena, eta hura gabe, gorputz fisikoak ez du ezer osatzen duten elementu kimikoak baino.

Gogoaren fokua barrurantz zuzendu behar da, gizaki ikusgai eta gatibutik urrundu.

Gorputz fisikoak bizkarreko mina eta kalanbreak jasaten ditu, eta adinarekin hondatu eta usteltzen da. Etengabe negarrez, intzirika eta hau edo bestea irrikatzen ari da.

Gizaki ikusgarriak ezin dio hezurak zapaltzen dituen erorketa bortitz bati eutsi, eta batzuetan orratz txiki baten ziztada soilagatik uzurtu egiten da.

Gizaki ikusezina kalterik gabe dago Libre eta mugarik gabe da Gorputz fisikoaren arazo eta eragozpen guztiak uxatu ditzake

Gure baitan ezkutatutako gizakia gure benetako nia da

Gorputzaren atomoen atzean dagoen izaki hori arima da, ez aldatzen dena, ez aldatzen dena eta ez dagoena inoiz gorabehera edo suntsipenaren menpe.

Pertsona batek gorputza dela pentsa dezake, baina ez da. Izotz zati bat urtu eta ikusmenetik desagertu daiteke lurrunketaren bidez. Prozesu hau

alderantzikatu daiteke lurruna likido bihurtuz eta gero likidoa berriro izoztuz solido bihurtuz.

Gorputz fisikoaren kontzientzian soilik bizitzea espiritualki kaltegarria da, gorputza gaixotasunaren, lesioaren, gosearen eta heriotzaren minekiko sentikorra baita. Ez dugu geure burua konbentzitu behar gorputz ikusgai hau besterik ez garela, usteltzearen eta hondamenaren menpe.

Gure baitan dagoen gizatasun ezkutua ezin da hil edo kaltetu. Ez al genuke gehiago ahalegindu behar gure izaera ezezagun eta betierekoa ulertzen?

Ezkutuko ni honen ezagutza handituz, ikusgai dagoen gizakia kontrolatu ahal izango dugu, maisu handiek egiten duten bezala. Beren botere sakratuak sentitzen dituztenek eta ezkutuko barne-niaren presentzia sumatzen dutenek sufrimendu fisikotik urrundu daitezke, ikusgai dagoen gizakia larritasunean eta arriskuan dagoenean ere.

Zein da subiranotasun hori lortzeko bidea?

Denbora gehiago eman beharko litzateke kontenplazioaren eta bakearen lasaitasunean. Hasieran, hori ez dirudi desiragarria, gorputzaren kontzientziaz eta haren sentsazioekin gehiegizko identifikazioaz bizitzeak zaildu egiten baitu norberaren arazo, desio eta behar amaigabeez gain beste ezer pentsatzea. Baina dimentsio berri bat irekiko da giza kontzientzian norberak bere identitate espirituala baieztatzen duenean eta Jainkoaren irudi garbian sortua dela, bere bizitza ezin dela inola ere suntsitu eta izaki ezkutu eta betierekoa dela konbentzitzen duenean.

Gizaki ikusezin hori Jainkoaren irudian sortua da, jainkozko espiritua bezain librea. Gizaki ikusgarrian daude munduko muga eta arazo guztiak. Gure gorputzez jabetzen garen bezain laster, haien mugek

lotzen gaituzte. Horregatik irakasten digute handiek begiak ixten eta geure buruari gogorarazten —ni ezkutuan meditazioaren bidez— ez gaudela gorputzaren gaitasun fisiko mugatuek lotzen.

Fede eta konbentzimendu handiz askotan baieztatu izan dut: "Ez nago nire gorputz fisikoak lotuta. Joan nahi dudan lekura, berehala han nago".

Esan dezakezu, "Hori ideia bat besterik ez da" Ondo Baina zer da ideia bat? Inguruan ikusten duzun guztia ideia konkretu bat da Ezin duzu ezer pentsatu pentsamendurik gabe Pentsamendua bera ikusezina da, baina ikusten dugun guztia erreala bihurtzen du Beraz, zure pentsamenduak kontrolatu ahal badituzu, dena ikusgarri egin dezakezu, eta dena ikus dezakezu zure foku mentalaren boterearen bidez.

Zure gogoaren intentsitatez eta sakonki fokatzen duzunean, zure buruaren begiekin ikus dezakezu pentsatzen ari zarena, zure begi fisikoekin ikusten ariko bazina bezala. Ikustezinak diren pentsamenduak esperientzia ikusgai bihurtu daitezke.

Begiak ixten badituzu, ezin duzu zure gorputza ikusi, baina erreala izaten jarraitzen du zuretzat. Beraz, zergatik uste duzu ezkutuko nia irreal dela, ezin duzulako ikusi besterik gabe?

Meditazioan, begi itxien atzean dagoen iluntasunera begiratzen duzu eta zure barneko ni edo arima ezkutuan zentratzen duzu zure burua.

Autodiziplina praktikatzuz eta zure burua barrurantz bideratuz zure gida espiritualak emandako meditazio teknika zientifikoaren arabera, pixkanaka espiritualki haziko zara. Zure meditazioak sakonagoak izango dira, eta zure ikusezin den nia —zure baitan dagoen Jainkoaren irudi espiritualak— erreala bihurtuko zaizu. Autoezagutzaren zoriontasun-esnatze honetan, lehen hain erreala zen kontzientzia

fisiko mugatua irreala bihurtzen da, eta ikasten duzu zure benetako nia garaiezina aurkitu duzula eta Jainkoarekin duen batasuna konturatu zarela.

Konturatuko zara, halaber, nola gizaki ikusezina gorputz fisikoari lotuta dagoen, lotura mental eta emozionalak direnak, eta lurreko mailan gauza zehatzetarako desirak direnak.

Baina meditazio sakonaren bidez kate horiek askatu edo eten ditzakezunean, askatuko zara eta jakingo duzu Jainkoaren irudia zarela. Bilatu sentazio fisiko eta materialen basoan preso dagoen gizaki ikusezina.

Gizaki ikusezin hori behin bakarrik ezagutuko bazenu, konturatuko zinateke gorputz fisikoa bere kanpoko eskola dela, eta gorputz argitsua eta barneko gorputz intelektuala dituela, eta baita zein izaki arraroa zaren ere!

Zentratu zure pentsamenduak ikusezin den ni horretan. Ikusgai dagoen gizakia ilusio eta engainu bat da. Barneko edo ikusezin den ni benetakoa da. Hori konturatzen zarenean, jakingo duzu ez zarela haragi eta odol, baizik eta usteltze eta suntsipenaren irismenetik kanpo dagoen ezkutuko ni hori.

Arima bat zara, eta arima ez da hiltzen! Ez pentsa hilobia denik zure amaiera Gorputz fisikoa hiltzen denean, arima beste existentzia maila batera igarotzen da Ezer ez da benetan suntsitzen Gorputzaren jatorrizko forma beti dago eterrean

Jendeak sentitzen du hildako maiteak betiko joan direla, ez baitute arreta mentalik haiek bizi diren eremu etereoan zeharrargi dauden forman ikusteko. Hausnartu beti egia hauetan, eta errepikatu zeure buruari —gai hauetan interesa baduzu—: "Jainkoaren diseinu argitsua naiz, betierekoa naiz eta beti dabil Jainkoaren erreinuan".

Heriotzak ukitu eta zorigaitzak eragin ezin dion izaki ezkutu hori zara, eta hala izango zara betikotasun osoan. Beraz, zergatik ez duzu orain zure hilezkortasunaz jabetzen?

Gure begi fisikoek engainatzen gaituzte mundu bikoitz hau erreala dela pentsarazteko Ireki zure begi espiritualala eta ikusi zure forma ikusezina Zure begi espiritualala barne-isiltasunaren baretasunean irekitzen denean, ezkutukoa ikusgai bihurtuko da

Pentsatzen, amets egiten eta sakonki fokatuta zaudenean, zu zara bistatik ezkutatuta geratzen den pertsona. Pertsona hori da benetakoa, eta ikusgai dagoen pertsona haren itzala besterik ez da.

**Ahaztu itzala eta gogoratu benetako gauza
Izan zaitez bat ikusezin den pertsonarekin
Sorkuntza guztiaren Jaunaren irudi garbia!
Bakea izan bedi zurekin**

Kontzientzia kosmikoa aurkeztea

Ezin da kontzientzia kosmikoa lortu dardara intelektual arin bat edo antsietate mentalaren olatu txiki bat dagoen bitartean. Meditazio teknika zientifikoek asko hobetzen dute foku mentalaren kalitatea eta norberaren pentsamenduak kontrolatzeko gaitasuna areagotzen dute, horrela inkontzientearen eremuan urteak emanaz. Ez dugu ukatzen inkontzientearen erabilgarritasuna memoriaren gordailu eta loaren eta ametsen eremu gisa. Hala ere, eremu hau oztopo izan daiteke meditaziorako, eta bere xarma propioa du fantasia eta joera dutenentzat, espiritu munduarekin konektatzeko, errealitate edo balio espiritualik ez duten eta gaueko amets arruntetatik oso desberdinak ez diren irudimenezko haluzinazioen eremuan sartuz.

Meditazio metodo zientifikoek, ahalegin pertsonalaz gain, adimena autoezagutza eta Jainkoarekin harmonia egoera bikain batera igotzen dute.

Saihestu behar dena esperientzia ilusiozko eta irudizkoz betetako eremua da, batzuek espiritualtzat hartzen dituztenak, baina espiritualak ez direnak. Benetako esperientzia espiritualak eta egiaren benetako errealizazioa ezin dira lortu Jainkoarengan arreta jarri gabe. Kontzentrazio kontenplatiboa buruxurgapen osoko eta kontzientziaren geldiene osoaren egoera da. Existentziaren izaera mugimendua da, eta espirituaren izaera, berriz, geldine edo mugiezintasuna. Beraz, kontzentrazioa ezinbestekoa da harmonia sakraturako. Autoezagutzaren ikasgaietan irakasten diren kontzentrazio eta meditazio metodoek eta arteek giza kontzientziaren eta jainkozko kontzientziaren arteko lerrokatze osoa eragiten dute.

Munduaren bidea asko predikatzea eta gutxi praktikan jartzea da. Eztiari buruzko hitzaldi bat ehun aldiz entzun dezakezu, baina ez duzu bere zaporea ezagutuko dastatu arte. Era berean, edozein irakaspenen benetako balioa praktikaren bidez bakarrik estimatu daiteke. Profeta eta pertsonaia handien irakaspenak aplikatu eta horien arabera bizi behar ditugu. Orduan, haien egiak gure egia bihurtuko dira, eta konturatuko gara egia frogatu eta erakutsi daitekeela, eta unibertsala dela. Egiaren argitan ibiltzen garenean, gure sinesmenak edo bidea edozein direla ere, Jainkoak gure lana onartuko du eta bere aukeratuen artean sartuko gaitu.

Egiaren bidea zintzotasunez eta irmotasunez ibili behar da. Gogoratu, bilatzaile maitea, milioika

pertsonen artean, gutxi batzuek bakarrik bilatzen dutela Jainkoa benetan. Eta bilatzaile horien artean ere, kopuru txiki batek bakarrik irauten du amaierara arte. Baina bidean irauten duenak Jainkoa ezagutuko du. Beren bihotza Jainkoarekin dagoen bitartean, nahi duten helburura iritsiko dira, zenbat aldiz estropezu egin eta erori arren. Beren asmoak garbiak diren bitartean eta motiboak garbiak diren bitartean, ez dute ezer beldurtzeko, ezta atsekabetuko ere.

Beraz, ahal dugun guztia egin behar dugu Jainkoaren kontenplazioa gure bizitzan bizitako esperientzia bihurtzeko. Fedean zintzotasuna ezinbesteko eta ezinbesteko baldintza da, itxurakeria hutsak norberaren harrokeria areagotzen baitu eta bere benetako helburutik urruntzen gaitu.

Jainko Ahalguztidunak zuen bizitzetan lehen lekua hartuko duela espero dut eta ez dezazuela inoiz ahaztuko, ezta une batez ere. Ez zaitez tela mundu honetako plazer laburrekin konformatu, baizik eta Jainkoa zuen helmuga bedeinkatu eta bizitzako azken helburu bihurtu. Gorputz mugatuaren atzean Absolutu infinitua dago. Ez dut gai espiritualez hitz egiten Jainkoa nirekin sentitzen ez badut eta Harekin harmonia perfektuan ez banago. Eta kontzientzia horretatik hitz egiten dudanean, badakit nire hitzak egiaren espirituz blai daudela, eta bilatzaile zintzo guztiek esaten dudanaren egia sentituko dutela.

Badira gertaerak ilusioekin nahasten dituztenak, gertaerak mitoak eta ilusioak direla azpimarratuz, eta ilusioak gertaerak eta iluntasunean distiratzten duten argiak direla azpimarratuz.

Aurrerapenerako eta hazkunde espiritualerako bide espiritualean arreta jartzeko gaitasuna

ezinbestekoa da. Buruko arretarik gabe, ezin da inoiz Jainkoa aurkitu. Kontzientziaren leihoak ixten ikasi behar dugu, lurreko beste ahots eta distrakzioen sarrera saihesteko.

Kontzientzia kalibratu eta espiritualki sintonizatuta dagoenean, esperientzia-konexio bat lortzen da, eta bilatzaileak jainkozko presentzia sentitzen du. Jainkoa beti eta betiko dago gizateriarekin eta nonahi. Hala ere, haren presentzia hautemateko ezintasuna buruaren gai mundutar hutsekin dagoen kezkatik dator. Arreta fokalizatua, edo Jainkoarenganako meditazioa, da haren hurbiltasuna sentitzeko aukera ematen digun tresna. Horretarako, sufiek etengabeko oroitzapenean dihardute, Jainkoaren izena errepikatuz ("Ez dago beste jainkorik Jainkoa baino" edo "Oi bizia, oi bere buruaz existitzen zarena"), haien izate osoa esanahiak xurgatu arte. Orduan, haien kontzientzia erraz igarotzen da dimentsio espiritualera, eta meditazio sakonean yogiek bizi dituztenen antzeko ekstasi espiritualaren egoerak bizitzen dituzte. Esperientzia espirituala bakarra da, lortzeko modu desberdinak izan arren.

Jainkoa ez dago gizateriarengandik urrun Gizateria da nahita Jainkoarengandik urruntzen dena bere pentsamendu eta ekintzen bidez Meditazioan benetako argi espiritual bat hautematen duzunean, saiatu hura hartzen eta sentitzen barruan zaudela: harekin bat Jainkoa dago argi horren bihotzean - argia argiaren gainean Eta zenbat eta gehiago hurbildu argi bedeinkatu horretara, orduan eta gehiago hurbiltzen zara Jainkoarengana

Jainkozko argiaren seinale bereizgarria da bere ikusmena beti zoriontasun edo poz sentimendu berehalako eta bizi batekin batera datorrela, gorputzeko ehun guztietako zelula guztietako atomo guztiak zeharkatzen dituen. Zoriontasun sentimendu hau ez da ilusorioa; aitzitik, batzuei zaila egiten zaie estasi espiritualaren intentsitatea jasatea, adimena eta gorputza ohituta ez daudelako. Estasi hau da azken helburua, eta bedeinkatuak dira bere nektarra dastatzen dutenak, bizitzaren ur biziaren iturburutik edan baitute.

Zenbat eta bake gehiago sentitu kontzentratuta dagoen bitartean, orduan eta sakonagoa eta arrakastatsuagoa izango da Jainkoarenganako meditazioa. Liburu espiritualak irakurtzen ematen den denbora meditazioari eskainiko balitz, aurrerapena, bai mentala bai espiritual, askoz handiagoa izango litzateke. Bilaketa serioek loa murrizten dute eta ordu gehiago eskaintzen dizkiote meditazioari, meditazioan jasotzen duten atsedena loa baino ehun aldiz indarberritzaileagoa eta freskagarriagoa baita.

Pertsona batek bere kontzientziako ahotsak isilarazi ezin baditu, ezin du Jainkoarengana iritsi. Horregatik bilatu zuten babesak profeta eta santuek kobazuloetan, mendietan eta basoetan. Beharrezkoa da behin eta berriz barne-isiltasunean murgiltzea, kontzentrazioa eta meditazioa praktikatz, eta orduan bake handia eta zoriontasun sakona aurkituko dira. Jakinduria-testuek dioten bezala:

Jabetza-irrika eta desira berrietatik libre dagoenak, bere bihotza eta adimena (emozioak eta pentsamenduak) kontrolatzen dituenak eta leku lasai

bat bilatzen duenak, beti saiatu behar du espiritu unibertsalarekin bat egiten.

Gurtza lekuetan isiltasun kontenplatiboa gehiago praktikatzeko beharra ere badago. Gutxiago hitz egin eta gehiago meditatu beharko genuke. Indian nire prestakuntza espirituala egiten ari nintzela, nire irakasleak, Sri Yuktiswarrek, noizean behin hitzaldi bat bakarrik ematen zigun. Gehienetan, haren inguruan esertzen ginen isiltasunean eta kontzentrazio sakonean.

Benetako gida espiritual batek idatzizko ezagutza baino gehiago dauka. Harengandik jakinduria eta ezagutza monoteista ikas ditzakegu, badakielako eta badakielako badakielako, bere baitan eta bere baitan egia ezagutzen duelako, eta ez dituelako liburuak irakurri soilik.

Espazioa bi zatitan edo alderditan banatzen da. Sorkuntza espazioaren alderdi bat da, eta beste aldean Jainkoa bakarrik dago, non sorkuntza ez den existitzen. Hori da iluntasunaren eta argiaren erreinua ez dena, argitsua ez dena. Eguzkirik ateratzen ez den, ilargirik distiratzten ez den eta surik pizten ez den lekua, Jainkoaren betiereko bizilekua dago.

Dualtasun hau giza kontzientziari ere aplikatzen zaio Gizakiak bi alderdi ditu: bata ikusgaia eta bestea ikusezina Begiak irekita, existentzia agerikoa hautematen duzu eta zeure burua bertan ikusten duzu Begiak itxita, hutsune ilun bat baino ez duzu ikusten Hala ere, zure kontzientzia oso hautemangarria eta aktiboa izaten jarraitzen du Begi itxien atzean dagoen iluntasuna hausnartzen baduzu, sorkuntza guztia sortu den argia hautemango duzu

Estasi espiritualaren egoeran, kontzientziak argi agerikoa gainditzen du eta kontzientzia unibertsalaren eremuan sartzen da, sorkuntzaren forma eta itxura guztien atzean dagoena Kontzientzia honek zentzumen-pertzepzio guztiak gainditzen ditu Bere esentziari, bere zoriontasunari eta harekin lotutako egoerei dagokienez, zaila da zehatz-mehatz deskribatzea, jendeak gutxitan bisitatzen duen dimentsio espiritual batekoak baitira, bere egia eta bere izatearen egia existitu arren

Jainkoak aukera eman digu unibertsoa arautzen duten legeek nola funtzionatzen duten gure kontzientzian bizitzeko. Kontzientziaren egoera formagabe hau, begiak itxita ere hauteman daitekeena, infinitu eremuarekin (iluntasunik gabeko iluntasuna) eta (argitasunik gabeko argitasuna) konpara daiteke, non Jainkoa bere sorkuntza materiala ezaugarritzen duten forma, atributu eta dualtasunetatik aparte existitzen den. Sorkuntzaz haratago dagoen betikotasun-hedadura mugagabe honetan, Jainkoa bakarrik existitzen da zoriontasun absolutuaren kontzientzian, etengabe presente, kontziente eta berrituta. Kontzientzia honek deskribapenari eta konparazioari aurre egiten dio, guztiz bakarra baita. Betikotasun eremu honetan, non Absolutua eta Infinitua nagusi diren, ez dago inolako mundurik edo izakirik. Baina espazioaren beste aldean, Jainkoak dena sentitzen du -sorkuntza guztia-bere baitan.

Ikusezinaren erreinuan dago unibertsoen fabrika. Astronomo batek adierazi zuen espazioa benetan harrigarria dela; dena bertatik dator eta bertan desegiten da. Beraz, nora desagertzen dira atomoak, haien osagaiak eta mundu osoak?

Materiak erakargarri eta limurtzailea dirudienean, itxi begiak. Begiratu zeure barnean eta kontenplatu bizitzaren iturria. Baliteke ezer ez ikustea eta ezer ez sentitzea, baina gauza ikusgai guztiak iturri ikusezin horretatik datoz. (Eta argia iluntasunean distira egiten du) (Zeruaren eta lurraren Argia). Iluntasunera begira jarraitzen baduzu, kontzentrazio lasai eta sakonarekin, argi handi hori aurkituko duzu. Izan ere, iluntasunaren atzean kontzientzia espirituala dago, eta iluntasunaren atzean beste erresuma batzuk daude. (Nire aitaren etxean jauregi asko daude) (Eta Hurrengo Bizitza hobe da, eta zein etxe bikaina zuzenentzat!).

Unibertsoaren Adimena espazioaren atzean dago Giza kontzientziaren atzean Jainkoaren kontzientzia dago Nahikoa da haren presentziaren ezjakintasun honekin Iluntasuna nahastu eta irauli behar dugu kontenplazioaren bidez, eta ez gelditu hura aurkitu arte Han, Absolutu infinituan, pertzepzio ugari, barne-ikuspegi ugari eta bizitzako arazo guztien irtenbideak daude

Introspekzioaren bidez ulertu ditudan egiek beste bide batzuen bidez zientifikoki aurkitutako lege fisiologikoak agerian uzten dituzte Begiak ixten ditudanean, bizitzaren korrante gardenak ikus ditzaket nire gorputzean zehar doazela Ez pentsa bakarrik zaudela bizitzen ari zaren isiltasunean Jainkoa zurekin dago, eta ez dago arrazoirik pentsatzeko ez zaudela Aire hartzaileek jasotzen duten musikaz beteta dago Beraz, Jainkoa da Gurekin dago gure existentziaren uneoro Baina Bere presentzia hautemateko, meditazio sakona praktikatu behar dugu Ez ditugu betazalak itxi behar loaldian Jainkoa gurekin dagoela adierazten duen seinale

txikiena ere jaso aurretik; orduan bakarrik lo egin dezakegu lasai eta bakean Eta zu, irrika eta desio duzuna, begira arretaz iluntasunera bere misterio miragarriak aurkitu arte

Behin, arratsaldeko laurak aldera nire liburutegian eserita nengoela, bat-batean nire arnasa desagertu eta gorputz-adarrak zurrundu zitzaizkidan. Heriotzaren prozesua ikusten aurkitu nuen neure burua. Arnasak eta mugimenduak nire gorputza utzi zuten, baina kontziente jarraitu nuen. Esperientzia zoragarria izan zen. Nire gorputza eta natura osoa jainkozko argiz osatutako irudi kosmiko mugikor gisa ikusi nituen. Eta pozik oihu egin nuen: "Ez dago heriotzarik, ene Jainkoa! Mundu osoa irudi galeria mugikor bat baino ez da!"

Bere aulkian edo tronuan eserita dagoen agintariak esan dezake: "Ni naiz obeditzen duen nagusia, buruak niri makurtu egiten zaizkit". Baina heriotzak obeditzen duen nagusi horri bere kolpe hilgarrietako bat eman diezaioke eta iraganeko kontua bihurtuko da.

Lagunok, benetako erregea Jainkoa maite duena da, sorkuntza osoan haren presentzia sentitzen duena eta bere buruaz bezala besteak zaintzen dituen. Heriotzak ere ez dio izua edo beldurra eragingo, Jainkoaren erreinura (non betiko biziko diren) igarobide gisa ikusten baitu.

Hiru modu daude giza kontzientzia kontzientzia kosmikora zabaltzeko. Lehenengoa modu soziala da, non berekoikeria gure arimetatik uxatzen dugun eta guztiz prestatuta gauden jendeari laguntzeko eta beharrean daudenak zerbitzatzeko. Leialak eta fidelak izan behar dugu gure lagunekin eta maitasuna sentitu

behar dugu Jainkoak eman dizkigun familia guztiekiko, gure kontzientziaren mugak zabaldu ahal izateko, besteekiko benetako kezka erakutsiz eta haientzat lan eginez. Maitasuna eta sakrifizioa ikasten ditugu gure maiteekiko familia-bizitzan, eta horrela hedapen bat lortzen dugu gure kontzientzian. Baina hori ez da nahikoa. Zirkulu estu batera mugatzen den maitasuna mugatu eta hedatzeko gai ez den bihurtzen da. Inpertsionala bihurtzen denean, bere zirkulua hazten da eta bere irismena zabaltzen da. Maitasun mota hau landu behar da, eta saiatu behar dugu guztiei gure familiarentzat eta maiteekiko sentitzen dugun maitasun bera ematen, besteentzat lan eginez, geure buruarentzat lan egiten dugun bezala (Jainkoak maite ditu ongia egiten dutenak). Hau da kontzientzia kosmikoa lortzeko modu soziala: zerbitzuaren eta maitasunaren bidea.

Jainkoak maite gaitu familia kosmiko handi bat bezala eta elkar maitatzea espero du. Maitatzen badugu, zoriontasuna sentitzen dugu; maite ez badugu, geure burua zigortzen dugu minarekin eta sufrimenduarekin.

Munduaren pentsamoldea aldatu behar da Guztiok gara, gure benetako izaera berez dena hartzen duelako.

Besteei ematean poza aurkitzen dut eta haien zoriona ikustean zoriontasun handiena bizi dut. Besteak maite ditugunean eta haiekin enpatizatzen dugunean, existentzia osoak erantzuten digula ikusten dugu. Profetek eta pertsonaia handiek kontzientzia kosmikoa lortzeko bidea erakutsi digute. Horrela eman behar ditugu borondatez maitasuna, zerbitzua eta errukia.

Kontzientzia unibertsala duen pertsona pertsona zoriontsua da. Ez dute beren maitasuna gutxi batzuetara mugatzen, beste guztiak beren maitasun eta erruki zirkulutik kanpo utziz. Horrela ikusi beharko genuke mundu osoa gure familia gisa. Kontzientzia hau beti nirekin dago, eta sentitzen dut denak nireak direla. Kontzientzia unibertsala duen pertsona batek pertsona guztiak maite ditu, bere anai-arrebak, gurasoak eta lagunak maite dituen bezala.

Kontzientzia kosmikorako bigarren bidea autodiziplina da. Ez da gehiegikeriaren biktima izan behar. Gauzez gozatzea ondo dago, baina norberaren bihotza eta arima ez lirateke horiei atxiki behar. Beren kontzientziaren mugak zabaldu nahi dituztenek pentsamenduan eta ekintzan libreak izan behar dute, jatorrak, leunak eta atseginak, autodiziplinatuak, beren desioak kontrolatuz, ohitura kaltegarrien esklabutza saihestuz eta beren sinesmen sendoen arabera jokatzuz, moralki eta etikoki justifikatuta daudenak. Ezinbestekoa da autokontrola lantzea eta beroaren eta hotzaren, pozaren eta depresioaren, osasunaren eta gaixotasunaren dualtasunak gainditzea kontzientzia kosmikoa lortzeko.

Dena jasan behar dugu asaldurarik edo asaldura psikologikorik gabe. Mundu honetako sokei lotzen ez diona, ezta emozio neurrigabeek bere bake espiritualala astindu edo zapaltzen uzten ez dienak ere, benetako ulermena eta jakinduria sakona ditu. Hirugarren metodoa metafisikoa da. Bilatzaileak gorputzaren mugetatik askatu behar du bere burua kontenplazio egokiaren bidez, kontzientziaren horizonte altuagoak ikusteko eta haien dimentsioak ukitzeko. Hori lortzen da arimaren aintzira astintzen

duten pentsamenduen zurrumbiloa baretuz, olatuak eta nahasmena sortuz bertan. Pentsamendu diskordanteak baretzen direnean, uraren gainazala baretzen da, eta zerua eta bertan dagoen guztia argi eta garbi islatuta agertzen dira.

Ur botila zigilatu bat ur depositu batean sartzen baduzu, botilaren edukia inguruko uretatik bereizita geratzen da. Baina zigilua kentzen baduzu, botilako ura deposituko urarekin nahasten da. Era berean, jende arruntak Jainkoa bere bizitzetatik urruntzen du, bere kontzientziaren ontzia ezjakintasunak blokeatzen duelako. Baina zigilua meditazio egokiaren bidez altxatzen denean, bilatzaileak Jainkoaren bakea bizi du gorputzean zein gorputzetik kanpo. Meditazioa handitu ahala, bakea hazten da eta poza espiritualak berritzen da.

Jainkoak gizateria inguratzen du alde guztietatik, baina ez dute hura hautematen. Ezin dute haren benetako presentzia sentitu haien barruan eta inguruan, ezjakintasunaren tapoia edo beloa kendu eta beren kontzientzia haren kontzientzia sakratuan murgildu ezean.

Pertsona bat desio materialen itsasoan itotzen bada, ito egingo da. Baina Jainkoaren ozeanoan itotzen bada, betiko biziko da.

Eta Jainkoa aurkitzen duzuenengan, lagunok, benetako eta iraunkorra den poztasuna sentituko duzue

Gizakien arteko adiskidetasunak hautsi eta eten daitezke, baina Jainkoak ez zaitu abandonatuko

Denek utzi eta baztertu arren, Jainkoa zurekin dagoen bitartean, dena zurea izango da.

Jainkoaren bakea, errukia eta bedeinkazioak zurekin izan daitezela

Yoga eta Goi Mailako Pertzepzioak

Yoga giza arima Jainkotiarrekin berriro batzeko metodo zientifikoen bilduma bat da. Jainkoagandik sortu ginen eta Harengana itzuli behar dugu. Badirudi Harengandik banandu garela eta kontzienteki berreskuratu behar dugu Harekin dugun batasuna. Yogak irakasten digu nola gainditu bereizketaren ilusioa eta nola gauzatu Jainkoarekin dugun batasuna. Milton poeta ingelesak giza arimari buruz idatzi zuen eta nola berreskura dezakeen bere zoriontasuna. Hau da yogaren azken helburua: kontzientzia espiritualaren paradisu galdua berreskuratzea, zeinaren bidez gizateriak badakien Jainkozko Espirituarekin bat izan .zela eta beti izango dela

Erljioaren benetako oinarriak zientzia bat izan beharko lirateke, bilatzen duten guztiek Jainko bakarrarengana .iristeko aplikatu dezaketena. Yoga zientzia hori da

Erljioarekiko ikuspegi zientifikoago baten premia larria dago. Hainbat doktrina zurrunez jendea zatituta mantendu dute, nahiz eta bere buruaren aurka zatitutako etxe batek ezin duen zutik iraun. Beraz, sekta eta erlijio desberdinen batasuna erlijio horien jarraitzaileek eta praktikatzaileek Jainkoaren benetako barne-ulermena lortzen dutenean bakarrik lor daiteke. Orduan bakarrik izango dugu benetako .anaitasuna gizateriaren artean, Jainkoaren aitatasunpean

Munduko erlijio handi guztiek Jainkoa aurkitzeko beharraz eta gizateriaren anaitasunaz hitz egiten dute, eta haien irakaspenek oinarri moralak eta printzipio etikoak

dituzte. Zerk sortzen ditu, orduan, erlijio hauen arteko desberdintasunak eta zatiketak? Fanatismo itsua da jendearen buruan. Ezin dugu Jainkoarengana iritsi doktrina-zurruntasunean zentratuz, baizik eta jainkozko espirituaren benetako ezagutzaren bidez. Jendeak erlijio desberdinen oinarri funtsezkoak diren egia unibertsalak ulertzen dituenean, fanatismo erlijiosoarekin lotutako zailtasun guztiak desagertuko dira. Pertsona guztiak nire familia eta maiteak dira, eta, beraz, Jainkoa gurtzen dut haren omenez .eraikitako tenplu guztietan

Mundu mailako batasun bat eraikitzen hasi behar dugu,
Erlijio Guztien Tenpluaren (Erlijio Guztien Tenplua)
kontzeptuan eredu hartuta, Jainkoaren gurtza eskatzen duten eta haien jarraitzaileak Harengana gidatzen dituzten erlijio guztiak errespetatuz. Erlijio guztiek gurtzen duten Jainko bakarrari eskainitako tenplu horiek nonahi eraiki behar dira, eta etorkizunean hori gertatuko dela aurreikusten dut. Ekialdeko eta Mendebaldeko jendeak betiko desmuntatu —eta suntsitu— behar ditu Jainkoaren etxeetako hesi estuak eta artifizialak. Jendeak yogaren bidez autoezagutza lortzen duen heinean, konturatuko dira guztiak .Jainkoak maiteak eta aukeratuak direla

Batasun espiritual hau agerikoa da autoezagutza duten handiengan. Itsuak ezin ditu itsuak gidatu. Jainkoa benetan ezagutzen duen irakasle espiritual batek bakarrik eman diezaieke jainkozko ezagutza besteei. Norberaren jainkotasuna berreskuratzeko, irakasle argitu hori izan behar du. Benetako irakasle edo gida espiritual bati jarraitzen dion edonor haien antzeko bihurtzen da, izan ere, argitu horrek dizipulua bere autoezagutzaren mailara igotzeko lan egiten du. Nire irakasle estimatua aurkitu nuenean, modu guztietan imitatzea erabaki nuen: Jainkoa bakarrik nire bihotzeko tronuan jartzea eta haren bedeinkazioak besteekin .partekatzea

Jakintsuek diote ezagutza sakonena lortzeko, pertsona
batek bere begirada eta arreta begi espiritual guztia
.dakienean jarri behar duela

Kontzentrazio sakonean, yogi ez den batek ere zimurtu
egiten du. Puntu hau da fokuaren erdigunea eta begi
zirkularraren kokapena, eta hori ere ikuspegi espiritualerako
leihoa da. Hau da yogiak unibertsoaren sekretuak ulertzeko
begiratzen duen benetako "kristal bola". Kontzentrazioan
nahikoa sakonera lortzen dutenek "hirugarren" begi honen
bidez sartu eta Jainkoa hauteman ahal izango dute. Beraz,
egiaren bila dabiltzanek hirugarren begi honen bidez beren
kontzientzia eta pertzepzioa askatzeko gaitasuna landu
behar dute. Yoga praktikak dizipuluari kontzientzia
.intuitiboaren begi bakarra irekitzen laguntzen dio

Ikuspegiak, edo ezagutza zuzenak, ez du inolako
informazio sentsorialetan oinarritzen. Horregatik deitzen zaio
askotan gaitasun intuitiboa (seigarren zentzumena). Denek
dute seigarren zentzumen hau, baina gehienek ez dute
garatzen lan egiten. Hala ere, ia denek izan dute
esperientzia intuitibo bat. Agian zerbait gertatzear dagoela
sentitzen dute, eta gero gertatzen da, inolako froga
.sentsorialik ez egon arren

Ezinbestekoa da zuzeneko eta barne-ikuspegia edo
autoezagutza lantzea, Jainkoa benetan ezagutzen duena ziur
baitago bere buruaz. Badakite, eta badakite badakitela.
Jainkoaren presentziaz ziur egon behar dugu, pikuen edo
mahatsen zaporeaz bezain ziur. Jainkoa beste batzuk
aurkezteko zeregina hartu nuen nire irakasleak Harekin
harmonia perfekturako bidea erakutsi zidanean, eta haren
presentzia esperimentatu eta nire baitan haren existentzia
.konturatu ondoren

Mendebaldea betidanik egon da kezkatuta gurtzarako
eliza eta katedral handiak eraikitzen, baina egitura erraldoi

eta bikain hauek gutxitan laguntzen diete Jainkoa bilatzen dutenei hura aurkitzen. Ekialdean, arreta jainkozko ezagutza duten gizonak lantzean dago. Hala ere, pertsona argitu hauek ez daude beti eskuragarri bilatzaile espiritualentzat, askotan urruneko eta isolatutako erretiroetan geratzen baitira. Beraz, zentro espiritualak ezinbestekoak dira, non jendeak jainkozko presentzia bizi dezakeen, eta irakasle argituek lagun diezaiekete horretan. Nola lor dezake inork jainkozko ezagutza Jainkoa ezagutzen ez duen irakasle batengandik? Nire irakasleak Jainkoa ezagutu beharraz konbentzitu ninduen besteekin Hari buruz hitz egiten saiatu aurretik, eta bihotza esker onez gainezka egiten dit bere !gidaritzagatik. Benetan, bat zen Jainkoarekin

Jainkoa lehenik gorputz fisikoan hauteman behar da, eta bilatzaile orok egunero findu beharko lituzke bere pentsamenduak, bere arimaren aldarean maitasun puru eta santuaren lore xalo eta usaintsuak jarritz. Barruan Jainkoa aurkitzen duenak ere haren presentzia hautemango du sartzen den tenplu, eliza, meskita, santutegi eta bilkura .guztietan

Yogak teologia teorikoa esperientzia praktikoko bihurtzen du

Jainkoa bihotz-bihotzez maitatzeak esan nahi du norberaren adimena zentzumenetatik urruntzea eta Jainkoari eskaintzea. Norberaren izatearen foku osoa Jainkoari eskaini behar zaio meditazioan. Jainkoaren bila dabilen orok bere adimena kontzentratzen ikasi behar du. Norberaren adimena beste gauza batzuekin batera okupatuta dagoen bitartean egindako otoitza ez da zintzoa eta Jainkoarentzat onartezina da. Yoga irakasleek diote Jainkoa aurkitzeko, lehenik eta behin adimen osoz eta pentsamenduaren kontzentrazio osoz .bilatu behar dela

Batzuek diote indiarrek besteak baino egokiagoak direla yoga praktikatzeko, eta yoga ez dela guztientzat. Hori ez da

egia. Gaur egun jende askok indiarrek baino gehiago praktikatzen du yoga, aurrerapen zientifikoek gizateriari aisialdirako denbora zabala eman diotelako. Ekialdeak Mendebaldeko teknologia aurreratu gehiago erabili behar ditu bizitza errazagoa eta betegarriagoa izan dadin, eta Mendebaldeak Ekialdearengandik ikasi beharko lituzke yogaren metodo praktiko eta metafisikoak, denek Jainkoarenganako bidea aurki dezaten. Yoga ez da sekta erlijioso bat, baizik eta zientzia unibertsal, praktiko eta aplikagarria, zeinaren bidez Jainkoa aurki dezakegun

Yoga guztiontzat da: mendebaldekoentzat zein ekialdekoentzat Ezin da esan telefonoa ez dela Ekialderako Mendebaldean asmatu zelako soilik Era berean, Ekialdean garatutako yoga praktikak ez dira Ekialderako eksklusiboak, .baizik eta gizateria osoaren onurarako dira

Pertsona bat Indian edo munduko beste edozein lekutan jaiotzen den ala ez, egunen batean hilko da. Baina pertsona batek egunero galdu dezake bere burua Jainkoarengan, une gutxi batzuetarako bada ere. Yogak horretarako metodoa .eta gaitasuna eskaintzen ditu

Gizakiak gorputzean bizi dira gatibu dauden presoen antzera, eta denbora amaitzen zaienean, kanporatuak izatearen lotsa jasaten dute Gorputzaren maitasuna ez da espetxeratzeko maitasuna baino gehiago Kaiola fisikoan bizitzera ohitu garenez, benetako askatasunaren esanahia ahaztu dugu Ez dago aitzakiarik askatasuna ez bilatzeko Norbera aurkitzea eta norberaren betiereko izaera ulertzea ezinbestekoa da gizaki ororentzat Yogak bidea argitzen du Arima Jainkoarengana igo behar da berriro

Unibertsoa existitu aurretik, kontzientzia unibertsala existitzen zen Zer da kontzientzia unibertsala edo kosmikoa? Espiritu Absolutua da, edo Jainko infinitu eta mugagabea, betiko presente, kontziente eta etengabe berritzen ari den

zoriona, forma, itxura eta fenomeno kosmiko guztien atzean
ezkutatuta Sorkuntza sortu zenean, kontzientzia kosmikoa
unibertso materialean kontzientzia espiritual gisa agertu
zen, Jainkoaren gogoaren eta kontzientziaren isla hutsa,
sorkuntza osoan presente eta ezkutatuta Kontzientzia
espirituala gizakiaren gorputz fisikora jaitsi zenean, arima
edo kontzientzia sublime bihurtu zen: jainkozko zoriona,
betiko presente, kontziente eta etengabe berritzen ari dena,
egitura fisikoaren barruan banaka existitzen dena Giza arima
gorputzarekin bat egiten duenean, autokontzientzia edo ego
gisa agertzen da Yogak irakasten du arimak kontzientziaren
eskailera igo behar duela jainkozko espiritura iristeko
Zoriontasunaren sekretua: jainkoaren presentzia
sentitzea

Bizitzaz gozatzea guztiz ondo dago; benetako
zoriontasuna ezeri atxikita ez egotean datza Gozatu lore
baten usainaz, baina saiatu Jainkoa bertan ikusten Nire
zentzumenak kontziente mantendu ditut, horiek erabiliz, beti
Jainkoagan pentsatu eta haren presentzia nire bihotzean
senti dezadan "Nire begiak zure edertasuna nonahi ikusteko
sortu ziren, Jauna Nire belarriak zure ahots osoa entzuteko
sortu ziren" Hori da yoga: Jainkoarekin batasuna Ez dago
basora joan beharrik hura aurkitzeko Munduko ohiturek
lotuko gaituzte gauden lekuan gauden arte askatu arte
Yogiak badaki nola aurkitu Jainkoa bere bihotzeko leizean
Nora doan, berarekin eramaten du jainkozko presentziaren
kontzientzia bedeinkatua

Gizateria ez da kontzientzia sentensorialaren mailara jaitsi
bakarrik, baizik eta kontzientzia sentensorialaren egoera
aberranteen esklabutza ere bihurtu da, hala nola jateko
gogoa, haserrea eta inbidia. Gizateriak ezpurutasun eta
aberrazio horiek kendu behar ditu Jainkoa aurkitzeko.
Ekialdekoek zein mendebaldekoek askatu behar dute lotura
sentensorial honetatik. Pertsona arrunt bat haserretu daiteke

kaferik zerbitzatu ez diotelako, gabezia horrek buruko mina
.emango diola sinetsita! Yogi perfektua gizaki askatua da

Edonork du yogi izateko ahalmena, nonahi dagoela ere,
oraintxe bertan. Baina gure ohiko bizitzaren eta ohituren
horizontetik haratago doan edozer gauza arraroa eta lortzea
.zaila dela pentsatzen dugu

Yoga praktikatzeak askatasuna ematen du. Yoga
batzuek urruntzea eta aszetismoa muturrera eramaten
dituzte. Diotenez, iltze-ohe batean lo egin behar da inork
molestatu gabe, eta beste diziplina fisiko mota batzuk
agintzen dituzte, irakaspen islamikoetan oinarriarik ez
dutenak. Egia da iltze-ohe batean eseri eta oraindik Jainkoaz
pentsatzen duenak indar mental izugarria erakusten duela.
Baina halako balentria apartekoak ez dira beharrezkoak;
aulki batean edo ohe eroso batean eseri eta Jainkoarengan
.meditatu besterik ez dago

Patanjali yoga maisuak dio bizkarrezurra zutik
mantentzea ahalbidetzen duen edozein jarrera fisiko egokia
dela meditaziorako, hau da, Jainkoarenganako yogikoki
zentratzeko. Ez da beharrezkoa biraketa kontortzionalak
egitea erresistentzia fisiko eta malgutasun apartekoa
eskatzen duten ariketak praktikatzeko, hala nola Hatha
yoga. Jainkoa da azken helburua, eta haren presentziaren
sentipena da bilatu eta lortzeko lan egin behar duguna.

Bhagavad Gitak dio: "Jainkoan guztiz murgilduta eta
harengan murgilduta dagoena da guztien artean
."orekatuena

Indiako yogiek frogatu dute erabat iragazgaitzak direla
muturreko hotz eta beroarekiko, edo eltxoen eta beste
intsektu gogaikarri batzuen ziztadekiko. Ezaugarri hauek ez
dira yogi izateko aurrebaldintzak, baizik eta praktikatzaile
trebe baten ezaugarri naturalak. Saiatu elementu
desatseginak ezabatzen edo onartzen beharrezkoa bada,

estres psikologikorik gabe. Garbia izan badaiteke, ez dago zikin egon beharrik. Jauregi handi batean bizitzea bezainbeste atxikita egon daiteke txabola txiki batean bizitzea. Arrakasta espirituala lortzeko faktorerik handiena ardura eta iraunkortasuna da. Izan ere, uzta ugaria da, baina gutxi dira hura biltzeko prest daudenak! Mundutarrek Jainkoaren dohainak eta mesedeak bilatzen dituzte, baina .jakintsuek Emaila bera bilatzen dute

Yogi bihurtu nahi duenak meditatu egin behar du. Goizean esnatzean, yogiak ez du lehenik janarian pentsatzen bere gorputza elikatzeko, baizik eta jainkozko batasuneko nektarra eskaintzen dio bere arimari. Meditazio sakonaren inspirazioz beteta, eguneroko betebeharrak guztiak pozik eta irrikaz bete ditzake. Jainkoak lur hau nahita sortu zuen. Bere plana gizateriak mundua hobetzeko lan egitea da. Mendebaldekoek muturreko joera dute, etengabe erosotasun material berri eta hobeak bilatzeko, eta ekialdekoek, berriz, dutenarekin pozik egoteko. Badago zerbait desiragarria Mendebaldeko espiritu inpultsiboan eta Ekialdeko espiritu nahita dagoenean, eta bien arteko erdibide bat aurkitu behar .dugu

Meditazioak yogia sortzen du

Jainkoa aurkitzeko, goizero eta arratsaldero meditatu behar da, eta ahal den guztietan egunean zehar. Gainera, garrantzitsua da meditazio-aspiranteak astegun bakoitzean ordu batzuk meditazioari eskaintzea. Hori ez da zentzugabea. Batzuek beren zaletasunak egunero orduz jarraitzen dituzte, nekatu edo aspertu gabe. Espiritualki aurreratuago egon nahi dutenek denbora gehiago eskaini beharko liokete Jainkoari. Jainkoari sentiarazi behar diogu beste edozeren gainera maite dugula. Meditazioan trebea bihurtzen denean eta goi-mailako kontzientzian murgiltzeko gai denean, ez du egunean bost ordu baino gehiago lo egin

beharko. Gaueko ordu batzuk, goizaldeko orduak eta jaiegunak erabil daitezke Jainkoaren introspektzioarako eta hausnarketarako. Horrela, edonork, baita pertsonarik lanpetuena eta konprometituena ere, yogi bihur daiteke — nahi badu— turbantea eraman edo ilea luze hazi beharrik .gabe

Gurtza lekuak zelulak dira, eta ezia gizakia espiritu bat dela eta Jainkoarekin bat dela ziurtatzea da. Egia da Jainkoa gurtza leku guztietan dagoela, baina leku santu horietara joatea ez da nahikoa Jainkoa bere burua agertzera konbentzitzeko. Gurtza lekuetara maiz bisitatzea ona da, baina eguneroko meditazioa hobea da, eta biak batera egin behar dira, gurtza lekuetara joateak inspirazioa ekartzen baitu ezinbestean, eguneroko meditazioak aurrerapen espiritual handiagoa dakarren bitartean. Bilatzailearen bihotza sutsu dagoenean, eta otoitz bat bestearen atzetik .egiten duenean, Jainkoak bere deiari erantzuten dio

Debozio irmo hau ezinbestekoa da Bera aurkitzeko. Yogi izateko eta, aldi berean, garaiaren espiritu eta eskakizunekin erritmoa mantentzeko, etxean meditatzea behar da, norbera diziplinatu eta Jainkoarekiko maitasunez eta zerbitzuz bete beharreko betebeharrak guztiak bete. Nire desiorik handiena Jainkoarentzat tenpluak eraikitzea da jendearen arimetan eta Jainkoaren irribarre distiratsua haien aurpegietan ikustea. Bizitzako lorpenik handiena pertsona batek Jainkoari tenplu bat eskaintzea da bere ariman. Hori erraz lor daiteke, eta hain zuzen ere helburu horrekin etorri zen autoezagutza mundura. Jainkoa bere ariman tronuratzen duena yogi bat da eta nirekin batera esan dezake yoga Ekialderako, Iparralderako, Hegoalderako eta Mendebalderako dela. Pertsona guztientzat da, salbuespenik gabe. Bide teologikoak bigarren mailako bideak dira, yogaren bidea, berriz, jainkozko zoriontasunaren jauregira daraman .autobidea da, eta, behin iritsita, ez da inoiz irteten

hazi espiritualak

Irakats iezadazu, Jauna, ausart eta adoretzu izaten, erabakitasunez eta iraunkortasunez, neurriak hartuz eta zuhur jokatzuz.

Jainkoa nire bihotzean eta inguruan dago, ni zaintzen eta zaintzen nau. Horregatik, beldurraren iluntasuna uxatu egingo dut, niregandik bere argi gidaria ezkutatzen duena eta akatsen iluntasunean estropezu egiten nauena.

Elkarrizketa eta interakzioaren bidez ez ezik, haiek sortzen dituzten bibrazio magnetiko ikusezinen bidez ere, esertzen garen eta haiekin harremanetan jartzen garen pertsonen antzeko bihurtzen gara. Haien eremu magnetikoan sartzen garenean, inkontzienteki haien magnetismoak eragiten digu. Horregatik, oso garrantzitsua da hazkunde espirituala nahi dutenentzat joera espiritualak dituztenekin elkartzea, animatu daitezen, ilusioa mantendu eta Jainkoaren irrika elikatu dezaten.

Ikuspegi argituak dituztenek egiaren arrosak biltzen dituzte eta arimak ezaugarri nobleekin argitzen eta edertzen lan egiten dute jakinduriaren paradisura sartzeko.

Zure maitasuna, Jauna, nahikoa da denetarako

Maitasun kosmikoa giza maitasun anitzeko leiho txikietatik begiratzen duen arren, ikusi duzula uste duzun unean, aurrera egiten du eta aurrera egiten jarraitzen du zure kontzientzia kosmikoaren leihotik bere izate osoa ikusteko gai izan arte.

Hobe da elkarrekin eseri eta gure iritziak eztabaidatzea adimen irekiarekin eta elkarrekiko errespetuz, gogoratuz jende jakintsuak ez duela liskarra izaten, lasai eta arrazionalki eztabaidatzen baizik.

Pertsona batek bere burua eta bere familiako kideak entrenatu beharko lituzke besteen inguruan txutxu-mutxuak ez botatzeko edo haiei buruz gaizki hitz egiteko, eta, horren ordez, auto-hobekuntzan eta bere akatsak zuzentzean zentratu. Ez ditugu besteak gorrotatu behar gugandik desberdinak direlako edo haien iritziak gureetatik desberdinak direlako, ezta gure sinesmenak direla zuzenak bakarrik esan behar ere.

Maitasunaren iturria, senti dezagun gure bihotzak beteta daudela eta gure egarria asetzen dela zure maitasunaren etengabeko ugaritasunak.

Pertsona batek hitz egitea baino gehiago entzuten, isilik esertzen eta besteen konpainiaz gozatzen ikasi beharko luke

Eguzki-argia lupa baten bidez puntu txiki batera fokatzen duzunean, beroa sortzen da, eta bero horrek egurra, ehuna, papera eta beste material batzuk su eman ditzake.

Era berean, adimena zehatz-mehatz fokatuta dagoenean, bere energia kontzentratuak porrot bakoitzaren atzean dauden gaitzak eta zalantzaren sustraiak erre ditzake, eta jakinduriaren argia distira eta irradiazioz distirarazi.

Adimena Jainkoarekin bat egiten duenean, ontasun guztien iturria eta bedeinkatutako botere guztiaren jatorria denarekin, jainkozko presentziaz jabetzen da eta arrakastaren elementu guztiak bereganatzen ditu. Elementu

hauek Jainkoaren botere izugarriarekin estuki lotuta daude,
edozein arlotan arrakasta lortzeko arrazoi eta aukera berriak
sortzeko gai direnak.

Minaren eta nahasmenaren oskolak inguratzen
nauenean, utzi nazazu, Jauna, seguru eta babestuta
sentitzen Zure babes-presentziaren gotorleku menderaezin
honetan.

Maitasuna bihotzaren ereserkia da, arimak Jainkoari
kantatzen diona

Nire egarri kronikoa Zure ukitu bedeinkatuak bakarrik
ase dezake nire ariman, Zure irrikaz erreta. Etsipenaren
ekaitza baretu da, itxaropenik gabeko haizeak baretu dira,
eta Zure bakearen tantek nire izatearen zuntz guztiak busti
dituzte, nire bihotza asebetez betez, eta orain Zure izen
bedeinkatua abesten eta kantatzen dut.

Jainko maitea, egin nazazu paradisiko hegazti bat, zure
zeru santutik nonahi dabiltzan zure iturri sendagarrietatik
edatea bakarrik plazerra duena.

Egia lehenik gure kontzientziara iristen da ihintz tanta
mehe eta garbiak bezala [arrosa petaloetan]

Bizitzako antzezlanean zure rola txikia eta apala izan
arren, haren garrantzia rol handienen parekoa da
antzezlanaren arrakastan laguntzeko orduan.

Utzi, Jainko maitea, bertutearen legeak ez beldurrez eta
kezkaz begiratzen, baizik eta erosotasunez eta maitasunez.
Eta gogora dezadan hasieran printzipioei jarraitzea zaila izan
daitekeen bertuteak, azkenean zoriontasun eta asebetetze
koroa jartzen didala buru gainean, bere legeak betetzen
direnean.

Eta lagundu iezadazu, Jauna, ez ahazten hasieran plazer eta gozamen batzuk agintzen dituen gaitzak atsekabe eta miseria asko ekartzen dituela.

Giza maitasuna zabaldu eta jainkozko maitasunerantz luzatu behar da

Jainkozko maitasunak bere burua giza arimetan adierazten saiatzen da ezkontza- eta guraso-maitasunaren eta elkarrekiko lagunen maitasunaren hainbat kanal eta adierazpenen bidez.

Familien eta gizartearen arteko harreman anitz eta anitzak beharrezko motiboak dira giza maitasuna ezpurutasunetatik garbitzeko eta maitasun espiritual huts bihurtzeko.

Baieztapenak:

Egunsentiarekin batera, topatzen ditudan guztiak poz-uhinez bustiko ditut

Nire bidean gurutzatzen den ororentzat eguzki izpi mental bat izango naiz

Irribarre kandelak piztuko ditut triste eta zorigaiztokoan bihotzetan

Ez geunden desira antzuen desolazioan eta itxaropen lausoen miserian bizitzera patua. Lagundu iezaguzu, Jauna, lotzen gaituzten kateak hausten eta gure bidea sendo egiten, muga-basamortuan zehar, lurralde berri zoriontsurantz.

Jauna, utzi zure hurbiltasuna sentitzen eta zure presentzia nire sentimenduen sakonean sumatzen, eta utzi konturatzen zure jakinduria argitsuak nire ulermena eusten duela, eta nire bizitza zure bizitza bakar eta bakarraren adierazpena dela.

Krudelkeria gaixotasun espiritual da, eta ekintza edo sentimendu krudeletan murgiltzen denak zorigaiztoa ekartzen dio bere buruari eta bere nerbio-sistema kaltetzen du.

Bihotza sentimenduen erdigunea da, eta ez litzateke beste pertsona baten bihotza ukitu behar.

Jainkoa da nire benetako aberastasuna eta haren bidez aberatsa naiz

Hitzetan dagoen izaera harmoniatsua:

Autodiziplina

Besteak maitatzea.

Animaliekiko adeitasuna.

Ezaugarri onen maitasuna.

Bakearen eta lasaitasunaren maitasuna

Handiaren maitasuna.

Behartsu eta pobreei errukia erakustea eta haiei laguntzea

Ondorioak kontuan hartu gabe zintzotasun automatikoa

Betebeharra betetzea betebeharrarekiko

maitasunagatik eta errespetuagatik

Zuzenbidearekiko eta erreformarekiko maitasuna

Literatur gustuaz gozatzea eta egin beharrekoa egitea

Autoestimua

Apaltasuna

Raqqa

Leialtasuna

Zaldunkeria

pazientzia

Tolerantzia

Arima handien eta gogo argituen urratsak jarraitzen ditu

Zintzotasuna

Fitnessa

adeitasuna
Sinpletasuna eta argitasuna
Oreka
Sentimendu espiritualak
Poztasuna
Garbitasun fisikoaren eta garbitasun intelektualaren
maitasuna

Apaltasuna eta harrokeria saihestea

Ontasunaren maitasuna.

Bidezkotasuna

Merezi dutenei erakutsitako adeitasuna gogoratzuz

Gauza sakratuekiko errespetua.

Liburuxkatik: Taula psikologikoa

Sentsazio espiritualak gizakiaren barneko erreinu
ezkutuan dauden pentsamendu ederren bertuteak gozatzeko
adimena entrenatuz bizi daitezke.

Jauna, giza bihotzetatik isurtzen den maitasunak tentatu
nau Zugar maitasun puruaren iturria bilatzera.

Nire arimaren baretasunean, apalki ahuspeztzen naiz
Zure presentzia guztiz inguratzailearen aurrean, jakinda beti
gidatzen nauzula autoezagutzaren bideetan.

Bilatuko zaitut, ene Jainkoa, aurkitu arte, eta aurkitzen
zaitudanean, esker onez onartuko ditut ematen dizkidazun
bedeinkapen eta gauza on guztiak.

Nire pentsamenduen bakardadean, irrikatzen dut, Jauna,
Zure ahotsa entzutea. Kanpora itzazu niregandik nire
oroimenaren tolesturetan oraindik ezkutatuta dauden ahots
zakarren amesgaiztoak. Zure ahots lasai eta melodiosoa
betiko entzun nahi dut nire arimaren lasaitasunean.

Jauna, utzi zure errukiaren euriak gure arimetara
isurtzen eta haietan itsatsita dagoen ezjakintasunaren
lokatza garbitzen, beren garbitasuna eta gardentasuna
berreskuratu eta zure jainkozko argiaz distira egin dezaten.

Mendiko kobazuloetan edo kale jendetsuen erdian, edo bizitza modernoko oihanetan, nonahi goazela eta noranahi biratzen garen, ekialde eta mendebalde, iparralde eta hegoalde eta nonahi, senti dezagun, Jauna, zure hurbiltasuna, zure babes-presentziak gure bihotzak lasaitu ditzan.

Izan gaitezen loreak eta arrosak bezala, eta sakabanatu ditzagun samurtasun eta adeitasun petaloak gaizki ulertzen gaituztenean, autokontrolaren eta jokabide egokiaren bidez konturatuko baikara ongi handiagoaren parte garela.

Edan ase arte bakearen uretik, egoera faboragarrien iturburuetatik eta ikuspegi positiboa izateko eta jarrera eraikitzaileak hartzeko duzun erabakitik datozenetatik.

Ez bilatu zoriontasuna arropa dotoreetan, janari goxoetan, altzari luxuzkoetan, luxuan eta gozamenean bakarrik, gauza horiek zure zoriontasuna itxuraren atzean harrapatuko baitute. Horren ordeztu, utzi zure irudimenari ideia mugagabeen erreinuaren gainetik hegan egiten.

Izan ere, denok pairatzen dugu, neurri batean, haserrearen arazoa, kontzientzia-etapa aurreratu batera, estasi espiritual-etapa batera edo lasaitasun-egoerara iritsi ezean.

Haserrea – edozein formatan ere – desio bat betetzeko ezintasunetik sortzen da. Arimak bere iturri jainkotiarrarekin duen loturatik sortzen den barne-pozarik ezean, gizakiak bere desioak betetzen saiatzen da plazer sentsualen bidez, eta plazer horiek berez desatseginak dira, iragankorrak eta askotan ondorio osasungaitzak direla eta.

Desira horiek askotan frustrazioa eta gero haserrea sortzen dute, eta horrek kontzientzia espiritualaren suntsipena dakar.

Haserrea gainditzeko modurik eraginkorrena bere erroko kausa lantzea da: nahiak. Zenbat eta nahi gehiago izan, orduan eta frustrazio gehiago egongo dira.

Ezinezkoa da desio guztiak betetzea, irrikak aseezinak eta mugagabeak direlako. Zenbat eta gehiago ahalegindu desio bat betetzen, orduan eta atxikimendu handiagoa izango diogu, eta zenbat eta atxikimendu handiagoa izan, orduan eta handiagoa izango da gure mina gure irrikak ase eta gure nahiak beteko lituzkeen guztiaz gabetzea.

Arrakasta, bizitza eroso, sendaezinak diren gaixotasunak sendatzea eta ohiturak kontrolatzea horiek guztiak lor daitezke eta lortu.

Metodo eta ahalegin material guztiak agortu eta alferrikakoak iruditu bazaizkizu, ireki barne atea eta botere espiritualak sartuko da eta ahultasun, porrot eta frustrazio guztiak kanporatuko ditu.

Jainkoaren laguntza meditazioan eta kontzentrazio sakon eta isilean bilatzen baduzu, indar espiritualaren erreserba agortezina aurkituko duzu.

Jainkoa inpartziala da eta bere laguntza zinez bilatzen duten guztiei erantzuten die

Jainkoa nire baitan aurkitu nuenean, nonahi aurkitu nuen

Txikitatik izan dut Beraren irrika izugarria, eta behin, mutiko gaztea nintzela, gutun bat idatzi nion. Bai, gutun bat idatzi nion Jainkoari eta honela jarri nion izenburua:

"Zeruko Jainkoari" eta postontzian sartu nuen

Norbaiti idazten diogunean, erantzuna espero dugu. Erantzunik jaso ez nuenean, negar malko ugari isuri nituen. Baina azkenean erantzuna iritsi zitzaidan, ez paperean inprimatutako hitzen bidez, baizik eta ikuspegi argitsu harrigarri batean.

Saiakera serioa eta etengabea bada, edonork jaso dezake Jainkoaren erantzuna

Zure galderak Jainkoari zuzentzen badituzu, sentimendu sakonetan biltzen badituzu eta hausnarketaren postaz bidaltzen badituzu, orduan zintzotasunez eta ziur erantzuna jasoko duzu.

Bakea arimaren barnetik dator; zoriontasuna loratzen eta hazten den barne-ingurune bedeinkatua da.

Gizakiek erraz onartzen dituzte mugapenen nozio ilusorio asko, zalantzan jarri gabe, eta horrela, nozio horiek beren bizitzak eta patuak kontrolatzen dituzte. Pentsalariek ez dute erraz onartzen status quo-a; aitzitik, aldatzen saiatzen dira, eta horrek egiten du aurrerapena posible.

Pentsalariek ingurua hausnartzen dute eta ikusten dutenarekin harrituta geratzen dira. Arretaz begiratzen dute eta galdetzen dute zergatik gertatzen diren edo ez diren gauzak modu jakin batean gertatzen.

Jateaz, lo egiteaz eta lan egiteaz gain, pertsona batek bizitza honetatik balio duen zerbait lortzea espero da.

Berekoikeria desagerrarazi behar da, eta hori altruismoa landuz lor daiteke. Besteez arduratu behar gara, eta hori irakasteko modurik onena adibide onaren bidez da.

Zaila da oparotasunaz eta bizitza eroso batez gozatzea berekoikeria eta gutizia garaian. "Jainkoaren bedeinkazioak niretzat eta zuretzat ere badira" esan dezakegunean, mundu hau leku hobea izango da.

Hiriko kaleetan zehar ibiltzen garenean, harresiz inguratuta aurkitzen dugu geure burua, baina hegazkin batera igotzen garenean, oztopo guztiak desagertzen dira, eta zatitu gabeko zabalera bat ikusten dugu. Era berean, isolamendu eta itxitasun hiri batean zehar ibiltzen garenean,

idea dogmatiko zurrun eta mugatuek mugatuta sentitzen gara. Baina irekitasun eta horizonte zabaleko hegazkin batera igotzen garenean, giza anaitasunaren eta maitasunaren espazio mugagabea ikusten dugu.

Gaizkiaren bide malkartsuetatik behera irristatzen den pertsonak ez du erresistentziarik sentitzen, baina ohitura kaltegarrien eta joera okerren aurka borrokatzen saiatzen den bezain laster, autokontrolaren lege espiritualak onartuz, tentazio ugari piztu direla ohartzen da bere ahaleginei aurre egiteko eta bere ahalegin nobleak zapuzteko.

Batzuetan pentsamenduak hitzak baino eraginkorragoak dira Giza adimena da guztien artean igorle eta hartzaile indartsuena Maitasunez betetako pentsamendu positiboak etengabe igortzen badituzu, pentsamendu horiek eragin positiboa izango dute besteengan Era berean, inbidiaz edo gorrotoz betetako pentsamenduak proiektatzen badituzu, besteek pentsamendu horiek jasoko dituzte eta antzekoekin erantzungo dute

Jainkoari eskatzen diot zure ahaleginak bere indar eta bedeinkapenekin babesteko. Otoitza zintzoa bada eta asmoak garbiak badira, nahi den aldaketa Jainkoaren laguntzarekin gertatuko da.

Joan den urtearen oihartzunak, bere atsekabe eta barreekin, desagertu egin dira, eta orain Urte Berriko ereserkiaren oihartzuna animoz abesten ari da, itxaropena iragarritz eta **xuxurlatuz** :

"Berriro moldatu zure bizitza modu perfektuan. Utzi beldur zaharren belar txarrak. Eta iraganeko lorategi abandonatutik, bildu eta gorde poz, lorpen, itxaropen, pentsamendu eta ekintza on eta desio noble eta gorenaren haziak bakarrik."

Egun berri bakoitzeko ihintzez betetako lurzoruan, landatu hazi ahaltsu horiek, ureztatu eta zaindu hazi eta zure bizitza loratzearen onura arraroekin bete arte.

Urte berriak xuxurlatzen du:

"Esnatu ohituren gatibu dagoen espiritua eta bultzatu ahalegin berri eta onuragarrietara. Ez utzi inoiz saiatzeari, eta ez hartu atsedeen betiko askatasuna lortu eta karma (iraganeko ekintzen ondorioen etengabeko jazarpena eta jarraitzea) gainditu arte."

Gogo freskatuarekin eta etengabe berritzen ari den pozarekin mozkortuta, poztu gaitezen elkarrekin eta eskutik helduta joan gaitezen inoiz gehiago irtengo ez garen zeruko etxerantz.

Haserrea eta elefantearen oroimena

Barne bakea nahi dutenek ulertu behar dute nola sortzen den haserrea eta askotan ondorio latzak eragiten dituen.

Haserreak eragindako barne-oreka galtzearen ondorioz, jende asko, bere borondatearen aurka, kriminal eta odol-egarri hiltzaile bihurtu da.

Desirak oztopatzea adimena itsutzen du. Desiraren lainoak pertsona baten adimena hartzen duenean, zentzua galtzen du eta gizaki noble baten desegokia den moduan jokutzen du.

Arrazoiaren galerak ekintza on eta asmo on guztien atzean dagoen indar eragilea den berezko bereizketa nahasten du.

Pertsona baten ibilgailu mentalaren bolantea gaizki funtzionatzen duenean, ezinbestean istripu bat izango du eta mina eta miseria lubaki batean aurki daiteke bere burua.

Adibidez: Senarra pozik gidatzen ari da, eta parkera bidean, emazteak gurasoen etxera joateko eskatzen dio norabidea aldatzeko parkera joan beharrean, eta hemen bere zoriona haserre bihurtzen da.

Adibide hau aukeratu dut ohikoa delako. Kasu normaletan, emaitza senarrak emaztearen eskaera baztertzea edo haserre eta atsekabearekin ados egotea da, eta horixe da, oro har, gertatzen dena. Bi kasuetan, haserrea nagusitzen da, giroa tentsio bihurtzen da eta bakea apurtzen da.

Kasu batzuetan, haserrea tragedia bihur daiteke izaera bortitza dutenentzat. Haserreak memorian eragina izan dezake, edo gidariak kontu handiz eta arretaz gidatzea ahaztu dezake, edo trafiko-seinaleak ez errespetatutzake, eta horrek talka edo, Jainkoak ez dezala utzi, heriotza eragin dezake.

Ondorioz, haserreak borondatearen bolantea bizitzaren gurdian blokeatzen du eta bere helburu material eta espiritualak lortzea eragozten dio.

Elefantearen oroimena:

"Memoria" izeneko gaitasuna Jainkoak gizateriarentzat egindako oparia da, eta zein bedeinkapen handia den! Memoria animaliei ere ematen zaie; hori gabe, ezingo lituzkete beren kumeak ezagutu. Animalia batzuek memoria bikaina dute, elefante bati buruzko hurrengo istorioak erakusten duen bezala.

Elefante erraldoi bat egurra garraiatzen ari zela, Ekialdean hezitako elefante askok egiten duten bezala, mutil bat hurbildu zitzaion, orratz batekin enborrean ziztatu eta ihes egin zuen.

Gertakari hartatik urtebete igaro zen, eta elefante berak mutil berarekin topo egin zuen errepidean. Une egokia zen elefantearentzat mendekua hartzeko, beraz, mutilaren tronpa inguratu eta bortizki errepidearen beste aldera bota zuen. Beraz, animaliek oroitzapenak dituzte.

Bihotza Jainkoaren maitasunez betetzen denean eta begiak haren argiak argitzen ditutenean, norberaren magnetismoa izaera espiritual bihurtzen da. Alde handia

dago magnetismo espiritualaren eta pasio eta senek bultzatutako magnetismo animalistaren artean. Magnetismo espiritualak altruismoan eta besteen onuran oinarritzen da, eta magnetismo animalista, berriz, berekoikeriak eta besteen esplotazioak bultzatzen dute.

Pertsona batek bere buruari iradokizun positiboak eman diezazkioke, subkontzientean eragin onuragarria dutenak, eta horrek, aldi berean, kontzientean eragiten du. Iradokizun negatiboak, berak sortutakoak edo beste pertsona batek sortutakoak izan, kaltegarriak dira garunarentzat eta saihestu egin behar dira.

Gizakiak bere aholkuak ematen dizkigu eta gero gure ekintzen fruituak biltzeko uzten gaitu [bere aholku okerraren ondorio izan daitezkeenak]

Jainkoaren bideak beti zoriontasunera eta ontasunera eramaten gaitu

Hausnarketa sakonaren gardentasunarekin, nire sakonera etengabe isurtzen den jainkozko argia utziko dut, eta nire maitasuna eta irrikak Ahalguztidunarengana igoko ditut.

Zure presentzia sentitzen dut, Jauna, nire izatearen sakoneneko txokoetan, eta nire maitasunaren lorategian loratzen ikusten zaitut. Bildu nazazu zure maitasunean eta utzi zure usain bedeinkatuaz gozatzen.

Jauna, eman iezadazu bakea, nire arimak atsedena aurki dezan eta axolagabekeriaren hodeien atzean itxaropen izpiak ikus ditzan. Ziurtasunaren argia distira dezala nire bihotzean, lasaitasuna eta erosotasun espiritualak senti ditzadan.

Distira egin dezala zure aintza, Jauna, eta desager dadila ezjakintasuna lurraren ertzetik betiko, baita liskarra eta inbidia ere. Uxa ezazu ezjakintasunaren iluntasuna zure

jakinduriaren argiarekin. Eraldatu ahultasuna indar eta hauskortasuna erabakitasun, eta bataiatu adimena eta espiritua zure sendatze-argiarekin.

Eguzki-argia guztiei ematen zaien bezala, baina badira iluntasunean bizitzea nahiago dutenak, hala jainkozko jakinduriaren argia nonahi dabil, baina badira munduari beren pentsamendu ilunen leihoen atzetik begiratzen diotenak, ezjakintasunez zikinduak.

Jauna, askatu gaitzazu ezjakintasunetik eta haren ondorioetatik, beldurretatik eta kezketatik, eta utzi zure jakinduriaren uholdeak gure bizitzako hondakin eta hondakin guztiak eramaten.

Orainaldian zoriontsu izaten dakienak aurkitu du Jainkoarenganako bidea

Pentsamendu onen, borondate onaren eta jarduera emankor eta onuragarrien itsasontziaren kapitaina naiz. Nire bizitzaren itsasontzia gidatuko dut, beti begirada Jainkoaren gogoeta sakonaren zeruan dagoen bakearen planeta distiratsuan jarrita.

Zoriontsu izatea aukeratzen ez badugu, inork ezin gaitu zoriontsu egin, eta ez genuke inor horregatik errudun jo behar. Eta zoriontsu izatea aukeratzen badugu, inork ezin digu zoriontasun hori kendu.

Pandemiak, hondamendiak eta naturan gertatzen diren aldaketa bortitzak, hondamendiak, suntsipena eta kalte orokorrak dakartzatenak, ez dira "jainkozko dekretuak". Hondamendi hauek gizakien pentsamendu eta ekintzetatik sortzen dira. Munduko ongiaren eta gaizkiaren arteko oreka delikatua gizakien asmo txarrek eta gaiztakeriek eragindako

uhin eta bibrazio kaltegarrien metaketak hausten duen lekuan, kaosa eta suntsipen orokorra sortzen dira. Munduak gerrak, hondamendiak eta tragediak jasaten jarraituko du gizateriak bere pentsamendu eta portaera okerrak zuzendu arte. Gerrak ez dira jainkozko dekretu gisa gertatzen, baizik eta berekoikeria material orokorraren ondorioz. Jendeak bere burua berekoikeria indibiduala, industrial, politikoa, espirituala eta nazionala libratuko balu, gerrak desagertuko lirateke.

Espiritu materialak giza kontzientzia okupatzen eta pentsamendua menderatzen duenean, erradiazio negatibo gardena igortzen du. Bibrazio negatibo horien indar metatuak naturaren oreka elektrikoa larriki kaltetzen du, lurrikarak, uholdeak eta bestelako hondamendiak eraginez.

Jainkoa ez da horren erantzule. Natura kontrolatzea posible izan aurretik, gizakien ideiak kontrolatu behar dira.

Jainkoarenganako maitasunagatik eta berari atsegin emateko ekintza noble eta duinak bakarrik egiten saiatuko naiz.

Adimena pertzepzio zuzenaren goldearekin goldatu behar da, bere lurra lehorra eta gogorra baita. Lurra prestutasunez eta onarpenarekin hezetu behar da, eta fedearen haziak ildoetan landatu, eta gero jainkozko borondatearekin harmonian dagoen borondate batekin ureztatu.

Berezko lasaitasuna duen pertsona batek bere lasaitasuna mantentzen du eta bakean mantentzen da edozein egoeratan. Gainera, ez du emozioek eta pasioek kontrolatzen eta erabaki txarrak hartzera eramaten uzten.

Izarren distira zara, atomoen energia, bihotzen adeitasuna, egiaren edertasuna eta zintzotasunaren handitasuna.

Bedeinka gaitzazu, Jauna, zure grazia gure osasunean, gure adimen-asmoetan eta gure bizitza espiritualetan ager dezagun. Lagundu iezaguzu zure botere gorenaz, zure jakinduria infinituaz eta zure benetakotasun mugagabeaz betetzen, eta aitortu dezagun zu zarela osasunaren iturria, bizitzaren ozeanoa eta ulermen eta ezagutza ororen iturria.

Jainkozko Maitasuna, bihotzen kobazuloetatik ateratzen den oihartzun sekretua eta sentimendu isilaren ahotsa zara.

Arimen mago ikusezina zara, adiskidetasunaren sakonetik sortzen den distiratsua.

Aingeru bedeinkatu bat zara, arimei hitz gozoenak xuxurlatzen dizkiena

Maitaleen hizkuntza isila zara eta bihotzeko orrialdeetan mezuak idazteko erabiltzen duten tinta ikusezina.

Emozio noble guztien iturria zara, eta zure bihotzak bere pultsua hartzen du bihotz kosmikotik.

Maitasuna bi bihotzen arteko elkarriketa isila da, eta izaki bizidun eta bizigabe guztientzat deirik handiena da batasun unibertsalaren etxera itzultzeko.

Maitasuna bizitzaren pultsua da

Loraldi espiritualaren lorategian hazten da eta kanpoko atxikimenduen iluntasunaren atzean lo egiten du

Bihotz botiletan gordetako nektarrik zaharrena eta gozoena da.

Maitasuna da pertsonen, familien eta nazioen arteko iluntasun-hormak hausten dituen argia

Maitasuna adiskidetasunaren lorea da, gazteen eta zaharren zelaietan loratzen eta hazten dena

Maitasuna zerurako atea eta arima onen abestia da

Bizitza berritu nahi dutenek lehenik beren bizitzan sartu nahi dituzten gauza positiboak identifikatu beharko lituzkete, eta gero egunero jarraitzen duten programa bat ezarri, eta zoriontasun handia sentituko dute beren erabakiak betetzearen ondorioz.

Auto-hobekuntzarako ordutegi bati eustea ez betetzeak borondatea ahultzen du eta aurrerapena oztopatzen du.

Bizitzaren ordena naturalarekin bat egiten dutenek lorpen emankorrak lortuko dituzte. Ez dago legerik pertsona bati hobera aldatzea eta bere nahi nobleak gauzatzea eragozten dionik. Ez dago oztoporik pertsona bati bere helburu handiak lortzea eragotzi ezin dionean, oztopo horiek inplizituki onartzen ez baditu eta ezin dituela gainditu konbentzitzen ez badu bere burua.

Besteek ongia egiteko nire ahalegina estimatzen duten lekuan, horixe da nik zerbitzurik onena eman dezakedan lekua.

Benetako maitasuna —bihotzaren eta arimaren maitasuna— jainkozko maitasunaren adierazpena da. Jainkozko maitasunak gizateriaren bihotzen eta arimen bidez agerian utzi nahi du bere burua. Jainkoak gizateriari jainkozko maitasuna irakasten dio giza maitasunaren bitarteko perfektuaren bidez.

Norbaitekin topo egiten duzunean eta "Zer moduz zaude? Oso pozik nago zu ikusteaz" esaten dizutenean, nahiz eta sakonean zure inguruan guztiz deseroso sentitzen diren, berehala sumatzen dituzu haien barne sentimenduak eta ez duzu haiekin hitz egin edo haiekin egon nahi. Zintzotasuna nahiago dut itxurakeriak eta hipokrisia baino.

Pertsona baten hitza dena da, eta naturala eta zintzoa izan behar du, bere hitza errespetatu eta besteekiko promesak eta konpromisoak bete.

Jainkoa da buruko indar, jakinduria eta ugaritasunaren iturria. Eskatu iezaiozu bilatzen duzun arrakasta lortzeko bide egokira gidatzeko. Lehenik eta behin, ziurtatu zure asmoa sendoa dela, eta gero zure helburua lortzeko indarra jasoko duzu.

Maitasuna gerra guztiak amaitzen dituen arma espiritual da

Zintzotasuna gezurra eta kalumnia baino askoz indartsuagoa da. Zintzotasunaren gotorlekuan zeure burua babestu badezakezu, zure erreinuko maisu ohoratua izango zara.

Egia nagusituko da, besteek bidegabekeria egin badizute ere

Eman jakinduria hura bilatzen dutenei, argitasuna nahi duten bitartean, eta egin ahal duzun guztia autoezagutzaren eskaileran gora igotzeko.

Jainkoari eskaini eta sagaratu dizkiot nire ahotsa, nire eskuak, nire oinak, nire bihotza, nire gorputza, nire sentimenduak, nire borondatea eta dena

Mina ez dago gorputzera mugatuta; mina intelektuala eta espiritual ere badago.

Ezinezkoa da Jainkoaz pentsatzea gogoan inbidiaz, beldurrez eta gaizkiaren susmoz beteta dagoenean, edo pertsona bat bere buruarekin gerran dagoenean.

Tristura eta depresioa pairatzen ditugu, bestelako izaera eta egoera psikologiko osasungaitzak eta antsietateak, gehienak beldur oinarririk gabekoak. Maila espiritualean, gure arimen izaera hilezkorren ezjakintasunagatik pairatzen dugu.

Jainkoarekin harmonian daudenek edertasun liluragarria ikusten dute eta beste inola ere bizi ezin daitekeen gozotasun gorena dastatzen dute.

Nire arimak Zuri dei egin zionean, Zure isiltasunaren hodeiak lehertu ziren, Jainko maitea, eta Zure errukiaren euria uholdeetan isuri zen, Zure graziaren uholde gainezka bihurtu arte. Zure ibai bedeinkatuak nire izatearen ertzak irentsi zituen, eta nire arima betikotasunaren uretan murgildu zen, eta nire bizitza txikiaren burbuila Zure existentzia osoaren ozeanoan desegin zen.

- Nire tutoreak jakinduriaren zizelarekin nola jokatu irakatsi zidan, jainkozko presentziaren duin den tenplu bat egiteko.

Helburu noble bat lortu nahi baduzu, hasi horretarako eredu mental bat diseinatzen. Orain edozein norabide sendo ezarri dezakezu zure kontzientzian ideia sendo bat zure buruan landatzen baduzu; orduan zure izaki osoa ideia horretara egokituko da eta zure ekintzak harekin bat etorriko dira.

- Maitasuna eta tolerantzia ezinbestekoak dira harmonia eta akordiorako. Maitasunak batu eta elikatzen du onuragarria den eta hazteko gai den guztia, gorrotoak, berriz, banatu eta suntsitzen du konpondu daitekeen guztia.

Beldurra da arrakastaren etsairik handiena, saiatzeko gogoia ezabatzen duelako, eta hori gabe pertsona batek ezin du arrakastarik izan.

Letargia intelektual, ahalegin falta eta iraunkortasun falta oztopoak dira arrakastarako bidean. Helburua ez luke arrakasta bera izan behar, baizik eta arrakastara daraman bizitza zuzena. Arrakasta lortzeko gehiegizko irrika oztopo izan daiteke. Borondateak eta helburua lortzeko nahia sendoak bultzatutako ahalegin sortzailea ezinbestekoak dira arrakasta lortzeko.

Dugun pentsamendu bakoitzak bibrazio espezifiko bat sortzen du Jainkoaz pentsatzen duzunean zure izate osoarekin, gogoarekin eta gorputz-adarrekin - eta "Jauna" behin eta berriz xuxurlatzen duzunean zure baitan, bibrazio indartsu bat sortzen duzu, jainkozko presentzia zure bizitzara ekartzen duena.

Jainkoa gure betiko maitea eta gure etengabeko laguna dela konturatzen garenean, eta gureganako duen maitasuna beste edozein maitasun baino handiagoa dela, haren hurbiltasuna sentitzen dugu eta haren presentzia ukitzen dugu, eta horrela gure bihotzak lasaitzen dira eta bake espiritual gorenaren sentitzen dugu.

Jainkoarengan meditatzen duzunean eta bihotzean eta gorputz osoan poz-taupada gero eta handiagoak sentitzen dituzunean, eta poz horren eztandak noizean behin etortzen zaizkizunean, jakin ezazu Jainkoak zure bihotzeko irrikak erantzun dituela eta bizitzen ari zaren zoriontasun-sentsazioak erantzun horren frogarela.

Adimena kontzientzia altuagoko egoera batean sartzen denean eta presentzia osoa eta infinitua ukitzen duenean, badaki Jainkoarekin harremanetan dagoela eta esperientzia gozoa dela, baina ezinezkoa da deskribaezina den lotura horren egoera hitzez adieraztea.

Ez nuen nire magnetismoa gauza materialak bilatzeko erabili, baizik eta betiereko eta iraungitzezina den jainkozko presentzia erakartzeko erabili nuen.

Eman iezadazu, Jauna, nire bihotzeko irrika sakonenak, eta entzun dezadala zure ahots bedeinkatua nire arimaren sakonean. Ez zaitut inoiz ahaztuko, nire Jainko maitea, ezta bizitzako bideetan ibiliko ere zu gabe. Izan zaitez nire betiko gonbidatua eta bizi zaitez nire bakearen eta poz espiritualaren santutegian. Utzi nire bihotza zure maitasunaz

taupaka, eta utzi nire pentsamenduak harmonian lan egiten, zure bakea eta maitasuna besteei eman diezaieten. Eta utzi zure maitasunaren usaina nire bihotzeko arrosatik ateratzen, bakea bilatzen duten arimak erakarrit eta zuregana ekarrit.

Gortina urdinean margotutako mendiko eszenek, giza gorputzaren mekanika harrigarriak, lore ederki moldatuak, arima onen nobleziak, pentsamendu gorenen handitasunak eta maitasunaren sakontasunak Sortzaile miragarri eta gorenaren edertasuna ekartzen digute gogora.

Nire onena egingo dut eta ahal dudan guztia egingo dut neure burua eta besteak Jainkoarengan aberatsak izan daitezen, lehenik eta behin. Jakinduriaren etxeak eraikiko ditut bakearen lorategi iraunkorren artean, bertute espiritual bikainen lorez josita.

Ez du axola olatu txiki bat edo handi bat naizen, bizitzaren itsaso handiak eusten banau behintzat.

Sekretuen sekretua aurkitu arte hausnarketan sakonduko dut, eta ikuspegiaren argia fokatuko dut -zuzi bat bezala-, aurpegi santuena ager dadin niretzat.

Zure argia distira dezala nire baitan, nire inguruan eta nonahi

Maitasuna su ezkutu bat da, jainkozko aginduz unibertsoaren zakartasuna urtzen duena eta betiko maitasunaren substantzia ikusezin bihurtzen duena.

Eguzkiak argia eta beroa bidaltzen dituen bezala, itxaropen izpiak zabalduko ditut pobreen eta baztertuen arimetan, eta ilusio berria txertatuko dut itxaropenik gabe daudela uste dutenen bihotzetan.

Jauna, ez utzi neure burua eta besteak inbidiaren su bizian erretzen, baizik eta onartu dezadala konbentzimenduz eta pozik nire maiteengandik merezi dudan adeitasuna eta maitasuna.

Seguru eta babestuta nago nire kontzientzia garbiaren hormen atzean, iragan iluna erre dut eta gaurkoaz bakarrik nago kezkatuta, eta ez dut ezeren beldur izango nire kontzientzia engainatzen saiatzen naizenean.

Gaur kezka eta beldurren sustraiak erreko ditut eta zorientasunaren sua piztuko dut nire baitako arimaren tenplua argitzeko.

Inork ezin nau haserretu hizkera zakar edo jokabide arduragabearekin, eta inork ezin nau eragin lausengu, laudorio eta konplimenduekin nire benetako nia baino handiagoa eta garrantzitsuagoa naizela pentsarazteko.

Jauna, egin nire bihotza nahikoa zabal Zure presentzia bedeinkatua edukitzeko, eta utzi zure maitasunaz taupaka betiko.

Zure borondatea behar bezala erabiltzen baduzu, karma berria sortuko dizu, baina jende gehienak ez du aldatu nahi eta ez du ahaleginik egin nahi, beraz, zailtasunen aurrean kolapsatzen dira eta ez dira gai erronkei aurre egiteko.

Jauna, lagundu iezadazu arimaren zorientasun iraunkorraren eta plazer sentsual iragankorraren arteko bereizketa egiten. Ez nazazu zentzumenen plazer iragankorretan itotzen utzi, eta lagundu iezadazu nire zentzumenak fintzen, beti zoriontsu izan naitezen.

Nire gogoaren izpiak zentzumenen eremu estu eta mugatutik bereizi eta espirituaren horizonteetara askatu nituen, horrela nire pertzepzioak hazi eta nire kontzientzia norabide guztietan zabaldu zen.

Ez luke inork babesgabe edo harrapatuta sentitu behar hautsi nahi dituen ohitura desiragarriak baditu. Orain da ohitura horiek gainditzeko aukera, iraganeko erabakia landuz eta meditazio egokia eta erregularra praktikatuz.

Ai arimen eta bihotzen Maisu, nire barne-lasaitasunaren zeruan zabaltzen diren zorientasun izpiek zure agerraldi bedeinkatuaren etorrera iragartzen dute.

Jauna, irribarre egiten dut konfiantzaz eta lasaitasunez beterikoen irribarrearekin, bizitza honen gainazalean flotatzen ari banaiz edo heriotzaren olatuen azpian itotzen ari banaiz, zure betiko bizitzaren bihotzean geratzen bainaiz, segurtasuna eta babesa ematen didana, eta zure esku sendo eta bedeinkatuak eusten dit.

Gaixotasuna, zahartzaroa eta heriotza dira gorputzak aurkitzen dituen zailtasunak eta oztopoak. Gaixotasun psikologikoek, ordea, gogoan inbaditzen dute tristura, beldurra, haserrea, erreprimitutako desioak, erresumina, gorrotoa, obsesio emozionalak, sukarrez betetako nerbio-agitazioa eta gaitasun mentalak paralizatzen dituen minbizi psikologiko mota baten bidez. Gaixotasun arriskutsuena, ordea, arimaren gaixotasuna da, ezjakintasun gisa agertzen dena, eta hortik sortzen eta hedatzen dira beste gaixotasun guztiak.

Gure maitasun sentimenduak eta emozio finduak elikatzen dituen idealismo sublimearen iturburua ez da lehortzen utzi behar.

Kanpotik erakargarria den orok barne-nitik datorkio bere xarma, eta ez dago arimaren ispilu garbia zikintzen duen ezer haserrea, gaiztakeria, inbidia eta gorrotoa bezalako distortsio psikologikoek bezala. Espirituaren izaeratik arrotzak diren konposatu hauetatik askatzen saiatzen den edonork barne-edertasunaren argia barrutik irradiatzen utziko du.

Kontzientzia eremu fisiko mugatutik arimaren barruko lasaitasunaren horizonte mugagabeetara igo behar da.

Oi, garbitasun eta errugabetasunaren espiritua, libra nazazu asegaitz diren desira sentsualetatik, grina zikoitz guztiak errauts bihur daitezen jakinduriarenugarrean, eta burugogor eta irmoki zentzumenen bulkada guztiak eutsi diezazkiodan. Eta zure nahiari egokitu nadin, nire melodia sinplea harmonian joz, nire betebeharrak betez eta nire abesti xumea abestuz.

Jauna, lagundu iezadazu nire zentzumenak modu osasuntsu eta arrazionallean soilik erabiltzen, eta fintzen nire benetako zoriontasunera lagun dezaten.

Esperientziaren su bizien bidez ateratzen dugun jakinduriaren altzairua gauza zoragarria da. Bizitzak gure oinarrizko metalak elementu preziatuetan eraldatuz arazten gaitu, bizitza honetan bitxiak bezain garbiak, altzairua bezain gogorak eta, aldi berean, malguak eta tolesgarriak izan gaitezen, zailtasunen eta proba zailen presiopean hautsi gabe.

Sorkuntzan disonantzia eta kaosa dirudienaren artean ordena eta harmonia lortzeko plan moral eta espiritual bat ezartzeko lanean ari den indar ezkutu bat dago.

Oi, ene jainkozko maitea, zu zara betiko poza, etengabe berritzen dena, zu zara arimaren zoriona eta zu zara irrikatzen dudana zoriona.

Jainkoari otoitza eskaini behar zaio irrika sutsuz eta konfiantza osoz, eta isilean eta lasai erantzungo zaio, erosotasuna ekartzen duen eta pertsona baten bizitzan aldaketa azkarra eragiten duen erantzun ezkutu bat.

Lehenik eta behin, Jainkoarekin elkartzearen poza bizi behar dugu, lurreko plazer txikiagoekin alderatu ahal izateko. Ondoren, desioak izaera altuagokoak izango dira. Desioa amaigabea da; desio bat betetzen denean, beste batek hartzen du haren lekua, eta abar. Baina Jainkoa aurkitzen duzunean, zure desio guztiak betetzen dira.

Zure opari eskuzabalak onartu eta besteekin partekatzen dituzten pertsona eskuzabal eta bihotz onekoek beren ulermena zabaltzen dute eta zure presentzia bedeinkatura hurbiltzen dira egunero zuregandik opari eta bedeinkapen ugari jasotzen ditugun heinean, jo dezagun zuregana laudorioz eta esker onez, opari eta bedeinkapen guztien emaila.

Jauna, nirekin zauden bitartean, ez zait gaitzik gertatuko, urrunduko bainaiz eta kaltetik babestuko nauzulako.

Nire otoitz karabana zuregana doa. Etsipenaren hareazko ekaitzak oztopatu du hemen eta han. Baina zure isiltasun-animoaren oasia urrunetik ikusten dudanean, freskatzen naiz eta indarra berritzen zait, beraz, bikoizten ditut ahaleginak zuregana iristeko, nire ezpain egarriak zure pozaren iturburuan busti eta ase arte edan nahian.

Jauna, utzi ontasuna eta garbitasuna bakarrik ikusten, eta hitz inspiratuak bakarrik esaten. Utzi zure maitasunaren usain lurrintsua arnasten, bere usain zerutiarrarekin, eta jan janari sinple eta osasungarria, eta arnastu zure gogorarazten didaten usain atseginak. Utzi zure ukitu bedeinkatua sentitzen.

Esnatze espiritualaren lorategian, nire damuaren tantak bildu nituen, eta zuretzat maite dituzun malko horietan, nire bihotza guztiz garbitu zen

Nire begiak, Jainko maitea, bizitzako eszena aldakorrez eta naturaren paisaia biziez liluratuta daude, lore anitz eta koloretsuekin eta horizontean isilean dabilzan hodeiekin. Ireki nire arimaren begiak, zure edertasun paregabea ikus dezadan on eta eder guztian, eta utzi ez dezadan existitzen den lekuan zu izan ezik ezer ikusten.

Utzi iezadazu autoezagutzaren alfonbra leun bat ehuntzen, zure maitale guztiek betiko esnatzera bidean ibil daitezen.

Jainkoak gogoratzen gaitu guk gogoratzen ez dugunean ere. Une batez sorkuntza ahaztuko balu ere, dena desagertuko litzateke existentziatik. Nork, Jainkoak ez bada, eusten dio Lurrari espazioan flotatzen? Nork bestek eragiten ditu zuhaitzak haztea eta loreak loratzea? Izan ere, Jainkoa da gure bihotzak taupaka mantentzen dituen. Berak digeritzen du gure janaria eta gure gorputzeko zelulak egunero berritzen ditu. Hala ere, zenbat gutxik gogoratzen dute Harengana eta ematen dioten merezi duen esker ona!

Jauna, begiratu diezaiogun maitasunez bertuteari eta kontura gaitezen zure sorkuntza-legeei obeditzeak zure errukiaren koroaz koroatuko gaituela.

Aitor dezagun, Jauna, osasunaren iturria, bizitzaren ozeanoa eta ulermen eta ezagutza ororen iturria zarela. Askatu gaitzazu ezjakintasunetik eta haren ondorioetatik, beldurretatik eta kezkatik, eta utzi zure jakinduriaren uholdeak gure bizitzako hondamen eta desolazio guztia eramaten.

Askotan entzuten nituen meditazioan zure ingurukoen abesti gozoenak, sinfonia espiritual zoragarri eta sublimak, nire bihotzeko sentimenduen birjinazko abesbatzaren piezak osatzeko eta zureganako nire irrika zaharra eta zurekin topatzeko dudan gero eta handiagoa den irrika islatzen duten ereserki hunkigarriak.

Gozatu ideien ikuspegi liluragarriez zure arimen barruko edertasunaren mundu ikusezin eta ezkutuan.

Alexandro eta Yogiaren artean

Borondate irmoa: Artikoko aurkikuntzaren istorioa

Nor izan zen historian lehen aldiz Artikoa ikustean begiak malkoz (eta agian baita poz eta hotzez ere) bete zitzaizkion lehen gizakia?

Nola eta noiz gertatu zen hau? Hori da hurrengo lerroetan jakiten saiatuko garena.

Mendeetan zehar, jendea munduko eskualde hotz horretara iristeko ahalegina egin du, eta historiak ez du inoiz ezagutu saiakera hauek baino abentura ausartagorik, askotan bizitza kostatzen baitzaie. Iparralderako aurrerapenen xehetasunek balentria heroikoen eta baita tragedien berri ematen dute.

Duela ehunka eta agian milaka urte, Mediterraneo itsasoaren inguruko eskualdeetako biztanleek uste zuten mundua disko leun baten antzekoa zela, Okeano deitzen zioten ibai handi batek inguratuta.

Ez zekiten askorik urrun zeuden eskualdeei buruz, baina gustura amesten eta pentsatzen zuten urrutiko leku horiei buruz, hala nola Alpeen eta Balkanen haratago zeudenei buruz.

Eskualde hauetatik eztainua ateratzen zen brontzea egiteko, eta anbarra bitxiak eta apaingarriak egiteko. Hala ere, iparraldeari buruzko informazio fidagarria falta zen, beraz, poetek mendien atzean zegoenaren istorio liluragarriak idaztea erabaki zuten.

Gure poeta mitiko eta hilezkorrak, Homerok, iparralde lainotsuko zimeriarrez eta bertan bizi diren erraldoiez hitz egiten digu, non egunak hain laburrak diren, ezen arratsaldean itzultzen den artzain batek goizean larrera ateratzen den beste artzain batekin topo egiten duen. Beste ipuin batzuek iradokitzen dute jendeak zerbait zekiela Ipar Poloari buruz, baina horri buruzko ideia gehienak zehaztugabeak ziren, askotan okerrak ere bai.

Denborarekin, jendeak poloetara iristeko saiakera egin zuen. K.a. 500. urtean, Kartagoko Hamilzio izeneko gizon batek iparraldera bidaia handi bat egin zuen, Irlandara iritsiz eta bere bidaia erregistratuz. Hau izan zen lehen kontakizun fidagarria. Ondorengo saiakerak etorri ziren, eskandinaviarrek itsaso izoztuak zeharkatuz eta Islandia aurkituz. Handik, lur eta altxor gehiagoren bilaketa jarraitu zuten.

Dozenaka saiatu eta huts egin dutenak. Haien saiakeren xehetasunak alde batera utziko ditugu eta Ipar Poloaren lehen aurkitzailearengana joko dugu.

Robert Edwin Peary Pennsylvanian jaio zen 1856an. Ingeniaritza ikasi zuen eta gero AEBetako Itsas Armadan sartu zen. Poloak esploratzeko gogo handia sentitu zuen. Aurretik esploratzaileek izan zituzten arrisku eta oztopo guztien jakitun zen, baina aurrera egiteko erabakia hartu zuen eta barne-barnean bazekien ez zuela bere erabakitik atzera egingo.

Gure esploratzaileak, Pearyk, Artikoari, haren baldintzei eta inguruko xehetasunei buruz ahal zuen guztia jakiten saiatu zen.

1886an, Groenlandiako iparraldera bidaiatu zuen, eta bost urte geroago bigarren espedizio bat egin zuen, jendea aztertuz, glaziarrek zeharkatuz eta Groenlandiak iparraldeko kostaldea zuela frogatuz, horrela munduko uharterik handiena zela berretsiz. Bi urte geroago, Groenlandiara itzuli zen. 1898an, lau urteko espedizio bati ekin zion.

Orain Perry prest sentitzen zen ezezagunera joateko. 1902an ekin zion bidaia arriskutsuari, baina aurreikusi gabeko egoerengatik itzultzera behartuta egon zen. 1905ean, berriro saiatu zen, oraingoan iparraldeko latitudera iritsiz. Azkenean, 1908an, Roosevelt lurruntzian itsasoratu zen, bere zortzigarren bidaia arrakastaz koroatu zelarik. Berak eta bere lagunak lehorreratu ziren, txakur-lerak hartu eta Polorantz abiatu ziren. Hainbat unetan, bere lagun batzuk atzean geratzen ziren kanpalekuak jartzeko eta itzulerako bidaiarako hornigaiak lortzeko, baita laguntza emateko ere.

Bidaia jarraitu zuen morroi beltz batekin eta lau eskimalekin batera, berrogei egunetarako hornigaiekin.

Perryk azken geltokian atzean utzitakoei agur esan eta polorantz abiatu zen, 1909ko apirilaren 6an iritsiz eta azkenean munduaren gailurrean zutik jarritz.

Peary Ipar Polora iritsi aurretik, Frederick Cook astronauta estatubatuarrak telegrama bat bidali zuen Shetland uharteetatik, urtebete lehenago Ipar Polora iritsi zela aldarrikatuz. Hala ere, zientzialariek Cooken baieztapenak ikertu zituztenean, faltsuak zirela ikusi zuten eta ez zela Ipar Polora iritsi. Hala ere, inguruko aurkikuntza batzuk onartu zituzten.

Perry borondate-indar apartekoa zuen, eta etengabe ibiltzera behartzen zuen bere burua, oinetako min izugarria izan arren, 1898an izozteengatik behatzak galdu izanaren ondorioz, eta horrek anputazioa ekarri zion. Baina ezintasun horrek ez zuen eragotzi Groenlandiako iparraldeko muturraren inguruan 1.400 kilometro (oinez izotz gainean, oso baldintza zailetan!) ibiltzea, eskualdeko mapa zehatza sortzeko. Zein heroismo-baldintza!

Perry oraindik ere helburuak lortzeko gizon ausart eta erabakitsuenetakotzat hartzen da.

Testuinguru honetan, Imam Ali-k (Jainkoa pozik egon bedi berarekin) dio:

"Beraz, arduratsuak eta langileak izan behar duzue, prestatuta eta prest, eta handitu zuen hornidurak"

Bakea izan bedi zurekin

Alexandro eta Yogiaren artean

Indiako kanpainan Alexandroekin batera edo haren atzetik joan ziren greziar historialariek eta beste batzuek arretaz jasotako istorio liluragarriak daude. McCrendle doktoreak kontakizun hauek itzuli zituen antzinako India argitzeko. Alexandroren porrotaren alderdirik deigarrienetako bat Indiako filosofiarekiko zuen interes sakona izan zen, eta noizean behin topatzen zituen yogi eta gizon jainkotiarren komunitatearekiko zuen interes sakona, zeinekin benetan elkartu nahi baitzuen Indiako iparraldeko Taxilara iritsi zenean, greziar gerlariak Onascritus, Diogenesen greziar eskolako dizipulu bat, bidali zuen orduan Taxilan bizi zen Dandamus ermitau maisu indiarra ekartzera.

Oniskertiusek Dundamusi esan zion basoaren bihotzean bere gordelekua aurkitu ondoren:

"Agur eta bakea, brahmanen irakasle! Alexandrok, Zeus jainko handiaren semeak eta sorkuntza guztiaren maisuak, berarengana joateko eskatzen dizu. Joanez gero, sari eskuzabala emango dizu, baina uko egiten badiozu, burua moztuko dizu."

Yogiak lasai onartu zuen deialdi derrigorrezko hau, hostozko ohetik burua ia altxatuz, eta erantzun zuen:

"Eta ni ere Zeus jainkoaren semea naiz; Alexandro bada, ez dut ezer eskatzen Alexandrok duenetik, daukadanarekin konformatzen bainaiz, uretan eta lehorrean zehar bere gizonekin helbururik gabe mugitzen ikusten dudan bitartean, eta bere ibiltariak ez du inoiz amaierarik."

"Zoaz Alexandrori eta esan iezaiozu Jainkoa dela gurtza eta begirune guztia merezi duen nagusia. Errege gorena da, eta ez du inoiz gaiztakeria ikaragarriarik agintzen, argiaren, bakearen, bizitzaren eta uraren sortzailea baita, eta giza gorputzaren eta gizakien arimen sortzailea. Harengana itzultzen dira pertsona guztiak heriotzak askatzen dituenean, gaixotasunen gaitzei menpe egon ez daitezen".

Gizon jakintsuak bere hitzaldia jarraitu zuen sarkasmo lasai batekin:

"Alexander ez da jainkoa, heriotza dastatuko duelako, zalantzarik gabe. Eta nola izan daiteke haren antzeko norbait existentziaren jaun, oraindik ez bada unibertso barneko tronura igo, ez bada amildegira bizirik sartu, ez bada ezagutzen eguzkiak lurreko eskualde zabaletan egiten duen bidea, eta gainera, inguruko nazioek ez badute haren berririk izan?!"

Errieta honen ondoren, (Munduko Jaunaren) belarrietarako erasorik gogorrena kontsideratzen dena, santuak sarkastikoki gaineratu zuen:

"Alexandroren egungo koloniak ez badira nahikoa bere gutizia asetzeko, zeharkatu dezala Ganges ibaia eta aurkituko du bere gizon guztiak hartzeko gai den herrialde zabal bat".

"Alexandrok eskaintzen didana eta berak agintzen dituen opariak ez dira baliotsuak niretzat. Benetan baloratzen ditudan eta erabilgarri edo baliotsutzat jotzen ditudan gauzak hauek dira: nire bizilekua eraikitzen dudana, zuhaitz hauek, eguneroko mantenua ematen didaten landare loreak hauek eta egarria asetzen duen ura. Beste ondasun guztiak, arreta handiz bilduta, zama dira jabeentzat, atsekabea eta damua baino ez diete uzten, jende ezjakinaren patua.

Ni, berriz, bakean nago basoko hosto eta belar artean etzanda, eta esna mantentzeko ezer ez dudanez, lasai lo egiten dut, lo gozo eta lasai batez gozatuz. Zaintza eta zaintza behar duen zerbait izango banu, nire atsedena oztopatu eta loaren plazerra kenduko lidake. Lurrak behar dudan guztia ematen dit, amak bere haurrari esnea ematen dion bezala, nahi dudan lekura noa, eta ez dut kezkarik nire bizitza asaldatzeko edo hondatzeko".

Alexandrok burua moztuko balit ere, ezingo luke nire espiritua suntsitu. Nire burua, heriotzaren ondoren isilduko dena, eta nire gorputza, jantzi urratu baten antzekoa izango dena, eginda dauden lurrean geratuko dira.

Ni, espiritu gisa, Jainkoarengana igoko naiz, gorputzez jantzi eta lur honetan jarri gintuen Jainkoarengana, hemen gauden bitartean frogatu ahal izateko bere nahiaren menpe egongo garen eta obedientzian biziko garen ala ez. Eta haren aurrean gaudenean, gure egintzen kontuak eskatuko dizkigu. Bera da gaiztakeria, bekatu eta transgresio guztiak kondenatzen dituen Epaile justua, non zapalduen oihuak zapaltzailearen zigor bihurtzen diren.

Alexandrok mehatxu hau erabil dezala aberastasuna nahi dutenak edo heriotzaren beldur direnak izutzeko. Alexandroren arma ahula da yogien aurka.

Ez dugu dirua maite, ezta heriotzaren beldurrik ere. Zoaz eta esan iezaiozu Dundamusek ez duela zure beharrik, eta horregatik uko egiten diola zuregana etortzeari. Baina Dundamus behar baduzu, etorri zeure burua harengana». Alexandrok arreta handiz jaso zuen yogiaren erantzuna Onesikritoren

ahoan, eta gero eta gogo handiagoa sentitu zuen Dundamus ikusteko, zeinak -biluzik eta zahartzaroan egon arren- hirien konkistatzaile eta herrialdeen menperatzaile gisa ikusten baitzuen harengan, bere parekoa baino gehiago.

Egunerokoa : Autobiografia bat

Paramhansa Yoganandaren eskutik

Zenbait ikuspegi espiritual

Paramhansa Yogananda irakasle jakintsuarentzat Jainkoak aukeratzeko askatasuna eman digu eta kontzientzia bat jarri digu ongia eta gaizkia bereizteko, eta onuragarria dena eta kaltegarria dena

Gure baitan botere espiritualak aktibo sentitzen dugunean, aurrera goazela eta aurrerapausoak ematen ari garela sentitzen dugu, beraz, Jainkoarenganako eta geure buruarenganako konfiantza handitzen da, eta zailtasunen bultzada gutxitzen da, modu eraikitzailean aurre egin ahal izateko konfiantzaz, erosotasunez eta orekaz.

Gure benetako izaera espiritua da, eta bere funtsa bakea, lasaitasuna, lasaitasuna eta baretasuna da. Elementu bedekatu hauek gure baitan daude eta gure izate espiritualaren parte dira.

Jendeak askotan hitz egiten du sentitzen dituen presioei eta eskaera askoren pisuaren azpian jasaten duen estres psikologikoari buruz, baina ez dugu inolako zailtasunen biktima bihurtzen utzi behar, eta beti gogoratu behar dugu Jainkoak eman digula nahikoa indar aurrean ditugun erronka guztiei aurre egiteko.

Bizitzako bideetan ibiltzean, eduki Jainkoa zuen bihotzetan

Mantendu oinak lurrean eta burua ezjakintasunaren hodeien gainetik, betiko jakinduriaren eguzkiaren horizonteeetan.

Bizitzaz goatzeko eta aisialdiko jarduera osasuntsuetan parte hartzeko gaitasuna galtzen dugunean, behar baino serioago eta urduriago jartzen gara. Giroa goibel eta goibela iruditu arren, eguzkia berriro aterako dela eta bide onetik doazenek iritsiko direla dioen sinesmena mantendu behar dugu, distantzia zenbaterainokoa iruditu eta helmuga zenbaterainokoa izan arren.

Apaltasunean datza benetako indar espiritualak, debozioaren handitasuna, maitasunaren sakontasuna eta poztasunaren eta men egitearen handitasuna.

Borondate sendoa duen pertsona Jainkoarekin harmonian dago eta ez du planetek eta izarrek irribarreak oparitzeko zain egoten. Aitzitik, bere bidaia meteoro zulatzaile baten antzera jarraitzen du, Jainkoaren izar gidari izan ezik eraginik gabe, eguzkien eguzkia eta legearen eta arimen Jauna dena.

Ez litzateke galeretan eta porrotean pentsatu behar, baizik eta behin eta berriz saiatu, zenbat saiakera huts egin eta zenbat mingots izan arren.

Zein altua zaren, adiskidetasuna, eta zein emankorra eta sakratua den zure lurra! Maitasuna da zure elikadura eta leialtasuna zure edaria.

Mundu honetara etorri ginen geure burua garatzeko eta gure potentzial espiritualak esploratzeko, ez arrisku ugari dakartzaten ilusiozko itsaso ilunetan murgiltzeko.

Izateko plazerrik gozoena Jainkoaren presentzian seguru eta babestuta gaudela sentitzea da.

Porrotaren sasoia da arrakastaren haziak ereiteko unerik onena eta egokiena. Porrota sustraiaetik desagerrarazi behar da, eta bizitzaren zelaiak arduraz

eta erabakitasunez landu behar dira, eta ontasunaren haziak erein, uzta oparoa lortzeko, Jainkoak nahi badu

Jende gutxik aztertzen ditu bere egoerak eta erabakitzen du aurrera edo atzera doazen.

Pertzepzioaz, jakinduriaz eta ulermenaz hornitutako gizaki gisa, gure betebeharririk handiena gure jakinduria eta pertzepzioak modu egokian erabiltzea da.

ezin du arrakasta materialik gabe bizi. Eta inoren kezka materialak ez dira hain handiak, non Jainkoaz pentsatzea eta beharrezko denbora hausnarketari, zerbitzuari eta betebeharrak espiritualei eskaintzea eragozten dioten.

Pertsona batek bere pentsamendu, sentimendu eta ikuspegi guztiekin bizi behar du, eta inguruan gertatzen den guztiari adi eta erne egon behar dio, argazkilari trebe batek paisaia zoragarrienen argazkirik zoragarrienak ateratzeko aukerarik egokienak itxaroten dituen bezala.

Gizaki orok ustiatsu gabeko potentziala du Behar duten indar guztia du Adimena bera botere gorena da eta ohitura eta kontzeptu zaharkitu eta mugatzaileetatik askatu behar da.

Gogora dezagun "norberaren" zentzua nagusi den bitartean, Jainkoagandik urruntzeko joera dagoela, gure kabuz euskarririk gabe zutik egoteko eta gure arazoak geure kabuz konpontzeko nahikoa indar eta jakinduria dugula suposatuz.

Jainkoaren nahiari men egiten badiogu, ez dugula zorientasunik aurkituko Jainkoak bidaltzen digun horretan, eta hori fede ahularen seinale da. Baina lehenago edo beranduago, Jainkoarengana jotzera behartuta egongo gara. Eta pertsona orok egia hau bere bizitzan aurkituko du, oraindik egin ez badu.

Jainkoarengana konfiantza osoz jo behar dugu eta berarekin zintzo eta intimoki hitz egin behar dugu hizkuntza sinpleenean -bihotzaren hizkuntzan- eta eskatu behar diogu laguntzeko Bera bilatzen eta Harengan konfiantza izan dezan gure bihotzak baretzeko eta atsekabe eta gogaikarrietatik askatzeko, baita gure bidean oztopatzen gaituen eta gure helburu espiritualetik aldentzen saiatzen den guztietatik askatzeko ere.

Ez utzi zeure burua munduaren eta bere tranpen biktima bihurtzen. Zure bizitzaren kontrola hartu behar duzu, zure barne indarra esnatu eta zure bizitzaren itsasontzia portu seguru batera gidatu.

Buruak ezjakintasunaren hautsa astintzen dutenean eta beren botereak lotzen dituzten kateak hausten dituztenean, sormenerako eta bizitzarekin elkarreragin positiboa izateko gaiago bihurtuko dira.

Pertsona batek bere burua baino indartsuagoa den norbaiten aurka borrokatzen ez badu, ez da indartsu bihurtuko. Era berean, zailtasunei ausardiaz eta indar espiritualarekin aurre egiten diezunean, indartsuago eta erresilienteago bihurtzen zara.

Ez pentsa ahula eta bizitzako egoerei aurre egiteko gai ez zarela, zailak edo gogorak izan arren. Jainkoak eguneroko erronka guztiei aurre egiteko indarra eman dizu. Gogoratu, zure zailtasunak handiak izan arren, nahikoa indar duzula haiei aurre egiteko. Jainkoa zurekin dago eta lagunduko dizu, betiere harengan sinesten baduzu eta ausartak direnen ausardiarekin bizitzako borrokan irauten baduzu.

Gizateriak bere posizioa definitzeko eta hartu behar duen bidea erabakitzeko garaia heldu da: kaos eta suntsipenerantz edo arimak eta mundua sufrimendutik eta hondamendietatik salbatzeko erlijio

abrahamikoek defendatzen dituzten ideal unibertsal handiagoetarantz. Gizateriak bere eginkizuna behar bezala betetzen badu, eta ontasunaren, maitasunaren eta moralitate bertutetsuaren printzipioek gidatzen badute, orduan iluntasuna desagertuko da eta iluntasuna desagerraraziko da.

Zure izatearen sakonean lozorroan dauden botere sublimeak eta talentu preziatuak dituzu, baina ez dituzu erabiltzen. Abiatu bizitza findu baten horizonteetarantz, non lorpenak, poza eta bakea dauden.

Norbaitek lan hau edo hura ezin duela egin esaten didanean, ez diot sinesten, prestatzen bada nahi duen edozer egin dezakeelako.

Nire arimaren lurra lantzen ikusi zintudan proben eta atsekabeen goldearekin, zure jakinduriaren haziak ildoetan barreiatzen. Hazi horiek ureztatzen jarraitu nuen, eta zure errukiaren eguzkiak haien gainean argitu zuenean, hazi eta loratu ziren, poz eta gogobetetasun uzta bedeinkatua emanez.

Zeta-harrak hariak ehuntzen ditu bere inguruan kokoloaren barruan Tximeleta gisa kokolo horretatik atera aurretik, askotan hilda aurkitzen du bere burua sortutako zetazko kartzelan Hori gizakiei ere aplikatzen zaie Bereizmenaren hegoak hazi aurretik, beldurraren, antsietatearen eta ezjakintasunaren hariak ehuntzen dituzte beren inguruan, gaixotasuna heldu eta irteeraren ordua iritsi arte, eta horrela dator amaiera

Askotan geuk sortutako espetxe batean harrapatuta aurkitzen dugu geure burua. Zerk eragiten du sufrimendu hau guztia? Gure pentsamenduek eta bizitzeko modu akastunek, pentsatu aurretik jokatzeko moduak. Haserre eta berekoikeria pentsamenduetatik askatu behar dugu

geure burua, eta gure goi-asmoekin diziplinatu gabeko eta bateraezina den bizitza batetik. Anbizio espiritualak dituzten guztiek beti mantendu behar dute energia eta espiritua sendo pentsamendu positiboaren, baikortasunaren eta lan emankorraren bidez.

Beldurrik ez izateak Jainkoarengan eta haren babesean fedea izatea esan nahi du, eta haren justizian, jakindurian, errukian, maitasunean eta nonahi dagoen lekuan fedea izatea.

Ez dago babesik edo segurtasunik Jainkoarengandik kanpo. Segurtasuna eta bakea nahi baditugu, erabat Harengana jo behar dugu.

Besteen beharrak ahaztu edo alde batera utziz beren segurtasunean eta erosotasunean bakarrik pentsatzen dutenek, egia esan, egunen batean beren patua izango den pobreziaren bila dabilta.

Beren aberastasunari heltzen diotenek, ekintza onetarako erabili beharrean, ez dute oparotasunik ekartzen ondorengo bizitzan; aitzitik, aberatsen desio eta irrika horiek bultzatuta pobre jaiotzen dira. Baina beren ugaritasuna besteekin partekatzen dutenek oparotasuna eta ugaritasuna erakartzen dituzte noranahi doazen.

Borondatez merezi dutenei ematen diezunean, Jainkoa beti zurekin dagoela eta ez zaituela inoiz utziko ikusiko duzu, eta ez duzula ezer behar izango haren laguntza eta zaintzarekin. Beraz, jarri zure konfiantza Jainkoarengan eta haren laguntza etorriko zaizu eta haren zaintzak inguratuko zaitu.

Oi maitea, jainkoz ezkutua, zu zara adiskidetasunaren bihotzetik isurtzen den maitasunaren iturria, eta zu zara sentimenduen kimuak leialtasun arrosa freskoetan eta pentsamendu poetiko samurretan irekitzen dituzten izpi beroak.

Guztiok gara gizaki igorle eta hartzaileak: besteen pentsamenduak bihotzaren bidez jasotzen dituzu, sentimenduen erdigunea baita, eta zure pentsamenduak begi espiritualaren bidez transmititzen dituzu (bekainen arteko kopetan), fokuaren eta borondatearen erdigunea baita. Zure antenna garunean dago, goi-mailako kontzientzia eta pertzepzio intuitiboaren erdigunean.

Demagun etxetik kanpo zaudela eta han zer gertatzen den jakin nahi duzula. Zure zentzumenak oso lasai badaude eta zure burua isilik badago, etxean duzun familiaren sentimenduak eta pentsamenduak sumatu ahal izango dituzu.

Kontzentratzeko gaitasun handia duzunean, zure pentsamenduak edozein lekutara iristen dira, eta zure zentzumenak energia biziz kargatzen dira.

Unibertsoko guztia energiaz edo bibrazioaz osatuta dago Hitzaren bibrazioa pentsamenduaren bibrazioa baino agerpen edo adierazpen biziagoa da Gizaki guztien pentsamenduak eterrean zehar uhinak dabilta Pentsamenduek bibrazio-maila altua dutenez, oraindik ez dira agerian utzi Zorionez, ez ditugu pertsona guztien pentsamenduak ezagutzen!

Irrati-botoiak sakatuz edo biratuz (eta gaur egun beste modu batzuetan ere bai), doinu eta soinu desberdinak entzun ditzakezu. Irrati-uhinak zure hartzailera bidaiatzen duten eter geruzen barruan dagoen kontzientziarik ez balitz, emisio-soinu guztiak aldi berean entzungo zenituzke.

Jainkoak eterra sortu zuen eta giza adimena inspiratu zuen bibrazioak medio honen bidez transmititzeko eta jasotzeko bideak asmatzeko. Irrati-uhinek eterra erabiltzen dute hedatzeko eta elektrizitatea transmititzeko eta jasotzeko. Bibrazio-

irrati-uhin hauek espazioan zehar erresonantzia-hartzaile batera transmititzen diren ideiak dira.

Maite duzun norbaitengandik gertu zaudenean, haren pentsamenduak sumatzen dituzu, baina baliteke urrun dagoen norbaiten pentsamenduak ezin izatea hauteman, zentzumen-pertzepzio oso garatua izan ezean. Kontzentrazio eta meditazio teknikak aldizka praktikatzen dituztenek lasaitasun sakona bizi dute eta beren pentsamenduak finduagoak bihurtzen dira praktika honen ondorioz, besteen pentsamenduak eta asmoak urrutitik ere hautemateko aukera emanez!

Bisitari batek galdetu zuen: "Ez al da santuen jakinduria Jainkoarengandik mesede berezi bat jasotzearen ondorio?"

#Paramhansa irakasleak erantzun zuen:

"Ez, batzuek beste batzuek baino ezagutza sakratu gutxiago izateak ez du esan nahi Jainkoak gizateriarekiko duen graziaren fluxua mugatzen edo mugatzen duenik. Aitzitik, jende gehienak bere argi distiratsuaren fluxua oztopatzen eta beren arimetan distira egitea eragozten duelako da."

Ikasleetako batek esan zuen: «Mendietara noa Jainkoarekin bakarrik egoteko».

Paramahansa irakasleak erantzun zuen:

"Ez duzu espiritualki aurrera egingo hori egiten baduzu. Zure burua ez da gai espirituan sakonki zentratzeko. Zure pentsamenduak gehienetan pertsonen eta munduko plazerren oroitzapenen inguruan ibiliko dira, nahiz eta kobazulo gotortu batean ezkutatu. Zure bizitzako betebeharrak zintzo eta leial betetzea, eguneroko meditazioarekin, da biderik onena".

Distira espiritualak

Ba al dago helburu komun eta orokorrik mundu honetako biztanleen ekintzen atzean?

Ba al dago guztiok ekintzara behartzen gaituen behar partekatu bat?

Giza motiboen eta helburuen analisi soil batek erakusten du mila eta bat helburu daudela, batzuk zuzenak eta beste batzuk zeharkakoak, baina azken helburua zoriontasun edo zoriontasun absolutua lortzea da.

Gizakion helburu nagusia mina eta nahiak saihestea eta zoriontasun iraunkorra lortzea da. Beste kontu bat da ea mina eta nahiak betiko ezabatu eta zoriontasun iraunkorra lortu dezakegun. Baina errealitateak erakusten du gogotsu eta etengabe saiatzen garela sufrimendutik eta minetik ihes egiten eta plazerra edo zoriontasuna lortzen.

Zergatik egiten du lan pertsona batek hasiberri gisa ofizio batean?

Lan arlo batean aditu bihurtu nahi duelako

Zergatik egin behar du lan hori?

Horrek dirua irabazteko aukera ematen diolako?

Eta zergatik irabazi beharko luke dirua?

Bere behar pertsonalak eta familiarrak asetzeko gai izango delako, hori irabaziz.

Eta zergatik ase behar dira behar horiek?

Ikerketa horrek mina ezabatzen eta zoriontasuna lortzen laguntzen duelako

Beraz, ikusten dugu behar bat asetzea, mina kentzea, fisikoa edo psikologikoa izan, arina edo larria izan arren, eta zoriontasuna lortzea dela gure azken helburua.

Ez dago zoriontasuna lortzeko arrazoiari buruz gehiago galdetu beharrik, ez baitago horretarako erantzunik, eta hori baita gure azken helburua.

Beraz, gure lanaren edo anbizioen izaera edozein dela ere —negozio bat abiaraztea, dirua irabaztea, adiskidetasunak bilatzea, liburuak idaztea, ezagutza eskuratzea, erreinuak kudeatzea, milioika dohaintzak ematea, herrialdeak aurkitzea, ospea lortzeko ahalegina egitea, behartsuei laguntzea edo gizateriaren ontasunaren maitale bihurtu nahi izatea —, gure benetako helburua aztertzen badugu eta gogoan badugu, Jainkoaren bilaketa errealitate logiko eta errealista bihurtzen da, Jainkoa lortzen saiatzen garen eta gure arimak irrikatzen duten zoriontasun hori baita.

*** * ***

Norbaitek aurpegia maskara batekin estaliko balu ere, jakingo zenuke gizaki bat han zegoela. Era berean, natura belo handi baten antzekoa da, jainkozko presentziaz puztuta. Jainkoa naturaren beloen eta maskaren atzean dago, baina gizateriak begirada iheskor eta azalekoa botatzen du eta ez du naturaren gortinen atzean ezkutatuta dagoen izakiaren presentzia hautematen.

Jainkozko laguntzarik gabe, gizakia porrotera kondenatuta dago, bizitzako borroka irabazteko indarra eta jakinduria iturri infinitutik datoze-lako.

Isiltasunean, geldirik eta arretaz meditatzen nagoenean, poz-dardara bat sentitzen dut nire baitan eta Jainkoa xuxurlatzen entzuten dut: "Hemen nago".

Jainkoak eman digun adimena zerurako atea da: bere erreinuko kanpoko atea, baina jendeak ez du behar bezala erabiltzen

Ez dugu Lurra utzi arte itxaron behar Jainkoaren bilaketa egiteko gure adimena erabiltzeko; orain da unea, eta hemen dago lekua. Lurrean dauden bitartean bizitzaren sekretuak eta existentziaren

misterioak bilatzeko beren adimena erabiltzen ez dutenek ez dituzte beste inon aurkituko.

*** * ***

Gizaki oro Jainkoaren botere infinituaren adierazpena da eta botere horren alderdiren bat erakutsi behar du lortzen duen guztian.

Jainkoarekin kontzienteki komunikatu nahi dutenak, existentziaren Lehen Kausa edo Lehen Mugitzailea denak, daude bizitzaren misterioa konpontzeko hurbilen.

Zerbait sortu nahi duzunean, ez fidatu kanpoko iturrietan soilik, baizik eta lehenik zeure baitan murgildu eta bilatu iturri infinitua. Arrakasta lortzeko metodo praktiko guztiak, gizateriarentzat baliagarriak diren asmakizun guztiak, bibrazio musikal finduak eta testu sakratuak Jainkoaren artxiboetan daude erregistratuta.

Jainkoa alde batera uzten dutenek beren biziraupena mozten dute

Giza borondatea energia-sortzaile erraldoia da, eta benetako energia-iturrietara sartzeko borondatea eta nahia erabiliz, pertsona batek barne-indarren banatzaile infinituarekin azkar konekta daiteke.

Eguneroko lana egin nahi ez dutenek energia falta sentitzen dute, eta gogoz eta grinaz lan egiten duen langile arduratsuak, berriz, bere gorputza eta adimena korrante kosmikoarekin kargatzen ditu.

*** * ***

Pertsonaren betebeharra da helburu nobleak lortzea. Gauza hutsal eta alferrikakoez arduratzea buruko energia xahutze alferrikakoa da.

Belar txarrak erotik atera eta jainkozko maitasunaren loreekin apaindu behar dira gogoaren lorategitik, edertasuna maite duen Jainko ederra beregana erakar dezan.

jakinduriaren lurzoruan loratzen jarraitzeko

lorategia , bizitza sinplifikatu eta konplikazioak kendu behar dituzu. Dena arretaz eta distrakziorik gabe eginez, zure jarduerak aztertu ditzakezu, garrantzitsua eta ezinbestekoa dena hautatuz eta azalekoa eta beharrezkoa ez dena baztertuz. Zeregin bat amaitutakoan, zure gogoan bertatik kendu eta beste sormen-asmo batzuk lortzeko erabil dezakezu.

*** * ***

Jendeak askotan beste zerbaitetan pentsatzen du zerbait egiten ari den bitartean, eta ez dakite egiten ari diren horretan arreta jartzeko modu egokia.

Gauza bakar bati buruz pentsatzen ikasi behar dugu gure gaitasun mental guztiekin. Gure arreta osoa gauza bakar horretan bakarrik jarri behar dugu.

Pertsona batek ez luke apatiko izan behar, ilusio eta sentimendurik gabe. Gauzak alferki eta arduragabetasunez egiteak bizitasuna galtzea eta, ondorioz, porrota eta zoritxarrez jokatzeko dakar. Pertsonak ez luke bere burua iraunarazten duen makina psikologiko huts bat izan behar. Senaren arabera jokatzeko duen animalia bat bezala

Akats larria da pertsona batek bere burua esnatzen eta bere gaitasun mentalak ez aktibatzea. Jainkoak eman dizkigu gaitasun horiek eta nahi du guk zentzuz erabiltzea eta egiten dugun guztiaz guztiz jabetzea.

Ekintza bat egin aurretik arretaz pentsatu behar dugu, eta gure adimena erabili Sortzaile Ahalguztidunarekin dugun batasun ezinbestekoa hazten eta gauzatzen laguntzen diguten moduan. Egiten dugun guztia arrazoibide sendoan eta plangintza jakintsuan oinarritu behar da.

*** * ***

Badago metafora bat zaldiek tiratutako gurdi baten gainean, gidari batek uzdeak dituela. Metafora honek zentzumenen zaldiek tiratutako gurdi fisikoan dabilen arima irudikatzen du. Pentsamenduak uzdeak ditu, eta borondate kontzienteak gidatzen du. Gurdiaren jabea da garrantzitsuena, ondoren gidaria eta zaldiak kontrolatzeko beharrezkoak diren uzdeak, gero zaldiak berak, eta azkenik gurdia. Era berean, arima da garrantzitsuena, ondoren borondate kontzienteak, gero uzdeak kontrolatzen dituen pentsamendua, gero zaldiak eta azkenik gorputza.

Bizitzan gorputz ahul bat daraman mundutar gogoak bere bulkada nahasiak hedatzen uzten ditu bere egitura fisikoa indartu eta zentzumenak findu beharrean, autokontrola erabiliz eta berezko bereizketarekin gauza horiek guztiak existitzen diren bere helburu espiritualerantz bideratuz.

Zentzumenen bide zakar eta arantzatsuetan zehar dabilen bitartean, bere bizitzaren gurdia hondatzen du eta galtzen da

Autoezagutza bilatzen duen bilatzaileak ondo daki bizitzako helbururik garrantzitsuena arimaren sakonean ezkutatuta dagoen zoriontasun espiritualaren bilaketa sutua dela, eta, aldi berean, bere gaitasun mental edo psikologiko ezkutatuak garatzen eta zentzumenak fintzen ikasten du, nahi den helbururantz aurrerapenaren bideetan ibiltzen jarraitzeko, min fisiko eta psikologikoaren zuloetan erortzea saihestuz.

Beste era batera esanda, dizipuluak ulertzen du nola lortu dezakeen hazkunde espirituala alderdi guztietan eta maila guztietan.

Munduko pertsona engainatuaren kasuan, bere kezka bakarra bere desio fisikoak asetzea eta bere kapritxoak atsegin ematea da, bere gaitasun

mentalak eta espiritualak garatzeko duen betebeharra alde batera utzita.

*** * ***

Nerbio-nahasmenduak tratagarriak dira. Nahasmendu hauek jasaten dituztenek beren egoera aztertu eta pixkanaka suntsitzen ari diren emozio suntsitzaileak eta pentsamendu negatiboak kendu behar dituzte.

Arazo pertsonalen analisi objektiboa eta egoera eta zirkunstantzia guztietan lasaitasuna mantentzea funtsezkoak dira nerbio-egoera kronikoak sendatzeko. Urduri daudenek beren egoera ulertu behar dute eta konturatu behar dute pentsamendu negatiboetan murgiltzea dela beren desorekaren eta bizitzari aurre egiteko ezintasunaren erroko kausa.

Gorputz lasai eta erlaxatuak nerbioak baretzen ditu eta bake psikologikoa ekartzen du

-

Oharra: Horrek ez du esan nahi arlo honetako espezialistekin kontsultatu behar ez duzunik, horregatik argibide hau

*** * ***

Aro eta leku ezberdinetan, gizakiak, arrazoimenaren bidez, bizitzari eta arimari buruzko ideia asko eskuratu ditu

Adibidez, tribu primitibo bateko kide batek buruko mina duenean, bere familiak uste du bere arima gorputzetik ihes egin duela, beraz, mediku aztiari deitzen diote arima itzultzeko. Medikua basora joaten da arimaren bila, aurkitu eta berarekin ekartzen du kutxa batean eta pazientearen buruan sartzen du berriro, eta buruko mina desagertzen da sinesmen nagusiaren arabera.

Beste kultura batean, gaixo baten "doministikua" gorputzean kakoak (punta zorrotzeko burdina

**kurbatuak) jarritz egiten da, doministiku egitean arima
ihes egin ez dezan, baizik eta kakoek harrapatuta
gera dadin!**

**Batzuek pentsatzeko metodo akastunengatik giza
psikeari buruzko ondorio okerretara iritsi diren
bezala, beste batzuek -benetako pertzepzioaren
bidez- ulermen desberdin, aberatsago eta sendoago
batera iritsi dira.**

**Badakigu arima ez dela arnasa bezalakoa, badira
denbora luzez koman egon diren pertsonak arnasa
hartu gabe, eta horrek frogatzen du arima ezin dela
arnasa bakarrik mugatu. Arima arnasa baino gorago
dago eta beste edozein gorputz-egoera baino gorago.**

**Pertsona batek espiritua dela uste duen ala ez,
lege unibertsalak bere izaera espirituala agerian
uztea eskatzen dio oraindik ere.**

**Pertsona baten lan edo bizitzako inguruabarrak
edozein direla ere, haren kontzientzia garatu eta
zabaltu egiten da bere adimena modu sortzaile eta
produktiboan erabiltzen duen bakoitzean. Ekintza
eraikitzaile orok laguntzen du giza garapenean eta
norberaren ulermena zabaltzen du.**

*** * ***

**Irakurtzea maite dut, baina ia ez ditut bi orrialde
irakurtzen beste zerbaitekin aritzeko eskatu aurretik,
eta horregatik ordezkatu dut irakurtzea
meditazioarekin.**

**Nire arimaren sakonean murgiltzen naizen
heinean, argi distiratsuak agertzen dira eta poz
handiena sortzen da, egun osoan zehar nirekin batera
doan poza. Hori da nire bizitzan bizi izan dudana eta
Jainko bedeinkatuarekin arimaren xuxurla eta
bihotzaren irrikan elkartzten diren guztiek bizi dutena.**

**Denbora oso preziatua da alferrik galtzeko
Jainkoak orekatuta egotea nahi du Bere bizitza**

**desorekatzen uzten duen edonor lege unibertsalak
zigortuko du**

**Soiltasunez bizi bazara, egunero ariketa fisikoa
egiten baduzu, liburu baliotsu eta onuragarriak
irakurtzen badituzu eta Jainkoaren eguneroko
kontenplazioaren ohitura lantzen baduzu, zure
zentzumenak zoriontasunez taupadatuko dira, bizi-
korronteak zure odolean zehar igaroko dira eta zure
gorputzeko zelulak inoiz bizi izan ez duzun arintasun
eta energia batez beteko dira. Zure barneko
espiritutik jasoko duzu irrikatzen duzun ezagutza
guztia.**

**Horrela izan da beti nire bizitza, ez ditut hoge
liburu irakurri azken hoge urteetan, ez nago harro
horretaz, eta meditazioaren bidez jainkozko
kontzientzia espirituala lortuko ez banu, guztiz
ezjakina izango nintzateke.**

**Liburu bati begiratzen diodanean, konturatzen
naiz bertan dauden datuak Jainkoak jadanik agerian
utzi dizkidala.**

**Ideia eta egia goren guztiak Jainko Guztia Jakiten
duenarengandik datoz, eta hura kontenplatzen
baduzu, zuzenean jasoko duzu haren jakinduria.**

**Beraz, liburu onak irakurtzea hobe da jarduera
alferrikakoetan denbora galtzea baino, eta irakurtzea
baino hobe da hausnartzea eta egia absolutuaren,
hau da, Jainkoaren, kontenplazioa ezartzea.**

*** * ***

**Jende asko dago etengabe irakurtzen duena,
baina ezin dizuna baliozko ezer eskaini. Liburu bat
irakurtzeko modurik onena bere edukian hausnartzea
eta zure bizitzan nola aplikatu daitezkeen ikustea da.**

**Garrantzitsua da, halaber, bereizketa erabiltzea,
irakurtzen duzun guztiaitsu-itsuan ez onartzeko.
Irakurtzen duzunak zure adimena eta logika ase**

behar ditu. Benetan irakurtzeko modukoak izateko, liburuak zure pentsamendua piztu behar dute, eta orduan zure adimena garatzen eta zabaltzen sentituko duzu.

Irakurtzen edo hausnartzen ez dutenek, baina helbururik edo zentzurik gabeko bizitza azalekoa bizi dutenek, ez dute ulermen sakonik garatzen edo ezagutza jakinik eskuratzen.

Harmoniak bateragarri eta harmonian egiten gaitu gure pentsamendua inspiratzen duen eta gure gogoetan inspirazio handiagoen argiekin distiratzten duen jainkozko boterearekin.

**Meditazioa goi-nira iristeko bidea da
Gizakiek beren buruari kalte egiten diote irakurtzen ez badute, baina hausnarketa irakurtzea baino are hobea da {Hausnartzen duen herri batentzat}**

*** * ***

Oreka ezinbestekoa da bizitzako alderdi guztietan. Gomendagarria da irakurgai erabilgarriak eskura edukitzea eta aisialdian aztertzea. Material horien artean garrantzitsuenak liburu espiritualak dira, ondoren lan zientifikoak, historia pixka bat, filosofia, literatura serioa, pertsonaia handien biografiak, bidaia-kronikak eta norberaren ikuspegia zabaltzeko eta inspirazio sakona eman dezakeen beste edozein datu.

Liburuak lagun leialak izan daitezke, eta zure aukeraketa kalitate handikoa bada, etekin handiagoa aterako diezu.

Hasieran zaila dirudi pentsalari handien irakaspen espiritualen eta ideien funtsa ulertzea, baina denbora baten ondoren, haien idatzietan hausnartzen eta haien pentsamenduekin bat egiten aurkituko duzu zeure burua. Zerbait baliotsua lortu duzula sentituko

duzu, jakintsu horiek guztiek beren jakinduria eta ezagutza Jainkoaren jakinduriaren altxor infinitutik atera baitzuten; zure bizitza osoan inoiz bururatu ez zaizkizun ideiak.

*** * ***

Loreak eta arrosak ederrak eta biziak dira, baina haien atzean askoz edertasun eta distira handiagoa duen lorategi bat dago. Lorategi hau guztiz gardenak eta hasieran hautemateko zaila den arren, begi espiritualaren atetik dimentsio espiritualak barneratzen baduzu, eremu etereo hori arakatu eta bere mirariak gozatu ahal izango dituzu.

Lurreko lore edo arrosa baino gozoagoak eta usaintsuagoak diren erreinu leun horretan bizi naiz. Han, nire gogoaren erleak etengabe edaten du jainkozko presentziaren nektarra.

Gure arreta barrurantz zuzentzen dugunean eta gero eta gehiago bizi garenean barneko mundu ezkutua horretan, gure ezaugarri espiritualak forma bereziak hartzen dituztela ikusten dugu, deskribapena eta irudimena gainditzen dituen Jainkoaren gozotasuna hautematen dugun leiho gisa jokatzeko dutenak.

*** * ***

Hitz hauek entzuten edo irakurtzen dituen edonork badaki egia esaten ari naizela

Jainkoak eman dizkidan botere guztiak erakutsiko banitu, jendea niregana joango litzateke, ez Jainkoaren maitasunagatik, baizik eta mirarien ondorioz. Baina ez dut nahi azaleko dizipulutza mota hau. Ez lukete botereak erakarri behar, baizik eta Jainkoaren maitasunak, eta hori da nire bizitzako helburua.

Jainkoa ezagutu izan ez banu, ez nuke horrela hitz egingo. Eta edonork ezagutu dezake nahi badu.

Ez dut jendea konbentzitzen saiatzen haien emozioei dei eginez, baizik eta haien gogoei hitz egiten diet eta haien logika eta bereizketa lantzen ditut. Fede itsua alferrikakoa da. Pertsonak Jainkoak eman dizkion ulermen gaitasunak aktibatu behar ditu eta ez ditu gauzak bere horretan onartu, baizik eta bere orientazio eta praktika espiritualen atzean dauden kausak, efektuak eta logika ulertu.

Mila aho izango banitu, guztiekin hitz egingo nuke Jainkoaz eta Harengana jotzearen eta hura ezagutzearen garrantziaz.

*** * ***

Jainkoak ez dio gizakiari triste, haserre, desolatu edo zimurtzeko eskatzen. Ez da Jainkoaren ulermen zuzena, ezta haren faborea lortzeko modu egokia ere. Zenbat eta bake gehiago bizi, orduan eta presentzia jainkotiarrago senti dezake. Zenbat eta zoriontasun handiagoa izan, orduan eta harmonia handiagoa izango du Jainkoarekin. Jainkoa ezagutzen dutenak zoriontsuak dira, Jainkoa poz handienaren iturria delako.

Jendeak zoriontasuna aurkitzen saiatzen da alkoholean, sexuan eta diruan, baina historiaren orrialdeak haien itxaropen hautsi eta amets betegabeen istorioz beteta daude. Meditazioan eman dudan denborak nire bizitza izugarri emankorra bihurtu du.

Jainkozko gidaritza eta jakinduria estasi espiritualean daude

Pertsona bat Jainkoarekin harmonian dagoenean, nahi gabe akats bat egin arren, akatsa nola zuzendu jakingo du, eta iritzi okerra adierazten badu, Jainkoak zuzenduko du eta bere dizipuluarekiko maitasunagatik zuzenduko du.

*** * ***

**Oreka bat aurkitu behar da ezagutza
espiritualaren eta zientzia naturalen artean. Oreka
hori gabe, gizabanakoak eta nazioak miseria eta
suntsipenaren artean estropezu egingo dute. Mundu
modernoko buruzagiak espiritualki argituak balira eta
elkarrekin lan egingo balute, gerra eta pobrezia
lurretik desagerrarazi ahal izango lituzkete urte
gutxiren buruan.**

**Kontzientzia espirituala esan nahi du pertsona
batek bere baitan eta beste izaki bizidun guztietan
duen jainkozko presentziaren kontzientzia.**

**Kontzientzia horrek bakarrik salba dezake
mundua, eta hori gabe, ez dut bakerako itxaropenik
ikusten. Has dadila gizateria bere buruarekin,
denbora oso preziatua baita alferrik galtzeko.**

**Betebeharrak gure parte egitea eskatzen digu
Jainkoaren Erreinua Lurrera ekartzeko**

**Askok zalantzan jartzen dute Jainkoa bilatzea,
bizitza ilun eta triste bihurtuko den beldurrez,
edertasunik eta pozarik gabe. Baina kontrakoa da
egia! Jainkoa benetan ezagutzen dutenek, harekin
harmonia perfektuan, aurkitzen duten zoriontasun
hutsa hitzez gainezka dago.**

**Gau eta egun poz espiritualean nago Poztasun
hori Jainkoa da, eta hura ezagutzeak atsekabe guztiak
ezkutatu eta damurik gabe lurperatzea esan nahi du.**

*** * ***

**Hemen aldi baterako egonaldian, gizakiak
garrantzi handia ematen dio ikuskizun honi. Baina ez
da gehiegi murgildu behar bertan eta bere gertakari
amaigabeetan, hala egiten badu, Jainkoarengandik
urrunduko baita, etengabe saiatzen baita, modu
guztietan eta bitarteko guztien bidez, guganako duen
kezka handiagatik eta guri dion maitasun
izugarriagatik, beregana erakartzen.**

Ikusi nahi ditugun mirari guztiak jartzen dizkigu aurrean: hazten ari diren gauzen mirariak eta naturaren ordena infinituki zehatza

Loreen eta arrosen atzean dago, eta zintzotasunez bilatzen duenak, nahitaez, aurkituko du.

Zientzialari naturalak ez ziren aurkikuntza horietara iritsi itsu-itsuan otoitz eginez, zientzia enpirikoaren legeak jarraituz baizik. Era berean, zientzia espiritualaren legeak zintzotasunez eta serio aplikatzen dituen edonork automatikoki aurkituko du Jainkoa bere ondoan.

Garaia da gizakiak bere begi espiritualak ireki eta Jainkoa aurkitzeko gogo sutsu eta iraunkorra eta Jainkoaren legeak arretaz betetzea eskatzen duela konturatzeko.

*** * ***

Jainkoak isilean jotzen ditu gure bihotzetako ateak, berarengana itzultzeko dei eginez, baina jende gehienak ez du itzultzeko gogorik. Hala ere, mundua iluntzen zaienean **begien aurrean, eta arazoetan nahasten direnean edo gaixotasunen biktima direnean, presaka joaten dira Hari otoitz egitera eta haren laguntza eskatzera.**

Zoriontasun eta oparotasun garaietan Jainkoarekin harmonia eta bat etortze loturak sendotzen dituztenek Jainkoa alboan aurkituko dute hura behar dutenean. Baina harreman hori sustatzeko atzeratzen dutenek beren burua kondenatzen dute zailtasunei aurre egitera eta bakarrik borrokatzera, harik eta —jakinduriaz eta erabateko menpekotasunez— betiko lagunarengana jo eta haren ate atsegina jo arte.

Gizateriaren kopuru handien artean, oso gutxik bilatzen dute Jainkoa benetan. Non daude duela

berrehun urte lur hau beraiena zela uste zutenak? Guztiak joan dira, eta agian gutxi batzuek bakarrik, Jainkoarengana jo eta beren burua ezagutu zutenek, ulertu zuten bizitzaren errealitatea benetan. Hala ere, belaunaldi bakoitzak bizitza hau erreal dela uste du!

*** * ***

Beste edozein gizaki gurekin egon aurretik, nor zegoen gurekin? Jainkoa Eta lur hau uzten dugunean, nor egongo da gurekin? Jainkoa eta beste inor ez Baina zaila izango da orduan hura ezagutzea, orain hura ezagutzen saiatzen ez bagara Jainkoa zintzotasunez eta sakonki bilatzen baduzu, aurkituko duzu, eta beti zurekin dagoelako ziurtasuna indartuko da Kezkak eta ilusioak alde egingo dizute, eta ez zaituzte gehiago engainatuko.

Existitzen den guztia gizateria Jainkoarengandik aldentzeko tentazioa da. Baina Jainkoa askoz erakargarriagoa da lurreko edozein tentazio baino. Haren apur bat ikusteko aukera izango bazenu, egia hau konturatuko zinateke eta otoitzaren, hausnarketa espiritualaren eta erabaki irmoaren bidez aurkitu ahal izango zenuke.

*** * ***

Jainkoak gehien maite duen tenplua lasaitasunaren eta barne-bakearen tenplua da bere jarraitzaileentzat, bertan sartzen baitira meditatu eta elkarriketan aritzeko, mundua eta bere kezka amaigabeak atzean utzita.

Ez gaitu itsutu behar gizateriaren etengabeko prozesio aldakor honek Denboraren karabanak bere bidaia jarraitzen duen heinean, azkenean konturatuko zara entitate handiagoaren parte zarela Pertsona batek bere baitan edertasunaren eta bake espiritualaren tenplu bat ezartzen duenean, Jainkoaren presentzia sumatu eta haren hurbiltasuna

sentitu ahal izango du Bestela, munduko ilusioak asko dira, beti presente, eta haren kezkek betetzen dituzte gure bihotzak.

Gutako bakoitza lehenago edo beranduago lur honetatik kenduko dugu, eta beraz, orain bizitzaren helburua ulertu behar dugu. Mundu honetako giza esperientziaren oinarritzko helburua bizitzaren zentzua bilatzera bultzatzea da. Egin Jainkoa ezagutzea zure helburu, eta jakin ezazu bizitzaren sekretuaren bilaketa serio eta zintzo batek zailtasun asko aurreztuko dizkizula eta hainbat beldurretatik salbatuko zaituela.

Heriotzaren, porrotaren, arazoen edo atsekabearen beldurrak izua pizten du pertsonarengan Pertsona batek bere buruari laguntzeko gai ez denean eta bere familiak eta lagunek ezin diotenean laguntzarik eskaini, etsipenak gainezka egiten dio eta mundua iluna iruditzen zaio. Baina ez dago egoera horretara iristeko beharrik. Jainkoagan pentsatzen badute bizitza osoan eta harekin lotura mantentzen badute, gertu aurkituko dute zailtasun garaietan eta egun zailetan.

*** * ***

Jende gehienak norbait erakargarria ez bada, bere burua aztertu beharko luke. Baliteke nortasun-ezaugarri batzuk egotea desatseginak direnak. Agian gehiegi hitz egiten dute, beste pertsonen arazoetan esku hartzeko joera dute edo besteei zer gertatzen zaien eta nola bizi behar duten esateko joera dute, auto-hobekuntzarako iradokizunik onartu gabe. Hauek besteentzat erakargarri ez bihur gaitzaketeen ezaugarri psikologikoen adibide batzuk besterik ez dira.

Jainkoarengan sinestea eta Jainkoarengan fedea izatea bi gauza desberdin dira. Sinesmenak ez du

baliorik esperimentatu eta horren arabera bizi ezean. Esperientzia bihurtzen den sinesmena fede bihurtzen da, eta fede irmoa ezin da gezurtatu edo kontraesanean jarri, egiaren uste intuitibo eta sendoa baita. Botere handia da, eta bere emaitzak berehalakoak eta harrigarriak dira. Fedeak zehaztasun osoz funtzionatzen du eta ez du akatsetarako tarterik uzten.

*** * ***

Pertsona baten begietan dago bere bizitzaren historia osoa, eta ezin zaie ezkutatu irakurtzen dakitenei; badaude begi espiritualak eta begi mundutarrak; begi traidoreak, begi maltzurak eta begi lizunak; pertsona batek egiten duen guztia bere begietan grabatuta dago, eta haietan ikusten dudana aztertuko banu, jendea harrituta geratuko litzateke nire ikuspegiarekin.

Adimena zikintzen eta arima hondatzen duten ekintzak saihestu behar ditugu. Ekintza okerrekin bibrazio mental negatiboak edo gaiztoak sortzen dituzte, eta horiek pertsona baten itxuran eta izaeran islatzen dira. Horren ordez, nahi ditugun ezaugarri positiboak elikatzen dituzten ekintzetan parte hartu eta pentsamenduetan pentsatu beharko genuke. Egia hauek kontuan hartzen dituztenek beren bizitzak zoragarri ederrak bihurtzen direla ikusiko dute.

*** * ***

Benetako lagunek gutxitan ulertzen gaituzte gaizki. Lagun batekin zintzotasunez hitz egin dezakezu gaizki ulertua izan gabe, baina adiskidetasun bat ezin da hazi edo loratu, batak besteari keinu edo eskaeraren bat egiten dion bitartean.

Adiskidetasuna independentzia eta berdintasun espiritualaren oinarri batean bakarrik eraiki daiteke.

Beraz, lagunen arteko elkarrekintzak printzipio honetan oinarritu behar dira, eta egia honen argitan, norbait gaizki tratatzen baduzu, ez duzu inoiz haren adiskidetasunaren gozotasuna biziko.

Asko dira bizitzako bideak lagunik gabe dabiltzanak, ezin dut imajinatu nola lortzen duten aurrera egitea!

Benetako lagunek gutxitan ulertzen gaituzte gaizki, eta hala egiten badute, denbora gutxirako bakarrik da. Norbaitek zure konfiantza eta leialtasuna traizionatzen baditu, jarraitu zure maitasuna eta ulermena ematen ezer gertatu ez balitz bezala, trukean konfiantza eta leialtasuna jaso nahi zenukeen bezala.

Baina pertsona horrek mespretxuz eta gorrotoz jokatzeko jarraitzen badu zureganako, eta adiskidetasunaren esku luzatua ematen badio, hobe da eskua denbora batez kentzea.

*** * ***

Gutako bakoitza lehenago edo beranduago lur honetatik kenduko dugu, eta beraz, bizitzaren helburua orain ulertu behar dugu.

Giza esperientziaren azken helburua bizitzaren esanahiaren eta xedearen bilaketa suspertzea eta bultzatzea da. Giza bidaia honi ez zaio garrantzi gehiegirik eman behar. Denboraren karabanak bere bidea jarraitzen duen heinean, azkenean konturatuko gara existentzia handiago baten parte garela, eta, beraz, Jainkoaren ezagutza bihurtu behar dugu gure azken helburu.

Heriotzaren, porrotaren, arazoen edo atsekabe mingarrien beldurrak izua pizten du pertsona batengan.

Pertsona batek bere buruari laguntzeko gai ez denean, eta bere familiak laguntzarik eskaini ezin

dionean, bere egoera psikologikoa ez da inbidiagarria. Baina Jainkoak ez ditu abandonatuko harengan sinesten dutenak eta laguntzeko duen gaitasunean konfiantza dutenak.

Gizaki bat gurekin egon baino lehen, Jainkoa gurekin zegoen, eta lur hau uzten dugunean, Jainkoa gurekin egongo da.

Baina ezin dugu Jainkoa ezagutu orain ahalegina egiten ez badugu eta zintzotasunez saiatzen ez bagara Harekin komunikatzen eta Harengana hurbiltzen.

*** * ***

Nire lehen urteetan sentikortasun handia pairatu nuen, eta ondorioz, ni izan nintzen gehien sufritu nuena

Autotortura prozesu bat izan zen. Hain sentibera nintzenez, iruditzen zitzaidan besteek gustura hartzen zutela ni haserretzea eta lasaitasuna kentzea.

Ez utzi inork zure bakea kentzen

Nire haserrea ez zen soilik besteen sarkasmo eta isekaengatik sortu; baita haien iruzkinekiko sentikortasunetik ere; konturatu nintzen zenbat eta gehiago eztabaidatu nire kritikoekin, orduan eta gehiago gozatzen zutela.

Azkenean, inork ezingo zuela nire barne bakea suntsitu erabaki nuen, eta neure buruari esan nion: "Kritikatu dezatela nahi adina, baina ez diet gehiago kasurik egingo haien kritikei".

Eta horixe gertatu zen, hain zuzen ere. Haien iruzkin bidegabe eta mingarriak erabat baztertu nituen, existituko ez balira bezala. Pixkanaka, niri iseka egiteko gogo gaizto eta nire lagun bihurtu ziren; batzuek nire urratsei jarraitu ere egin zieten.

Alferrikakoa da besteengandik adeitasuna eta errespetua eskatzen saiatzea; aitzitik, geuk ere merezi izan behar dugu hori.

Besteekin zintzoak bagara, errespetua erakusten badiegu eta haien adeitasuna eta maitasuna erantzuten badiegu, beti errespetuz tratatuko gaituzte.

Ez genuke besteen gureganako borondate ona paralizatu behar gure sentikortasun handiarekin, modu eraikitzailean kritikatzeko gaituztenean, baizik eta guri laguntzen saiatzen den edonorekin lankidetzan aritu beharko genuke.

*** * ***

Mundu honek beti izango ditu arazoak eta nahasmenduak. Beldurrari eta antsietateari amore eman beharrean, gizakiak Jainkoarengana jo beharko luke eta bakea, segurtasuna eta babesa lortu, ez bakarrik beretzat, baita Jainkoak bere zaintzapean jarri dituen maiteentzat ere.

Ez genuke bizitza labur honen ametsei gehiegi lotuta egon behar, baizik eta Jainkoarekin harmonia estuan egon behar dugu.

behin betiko ilusioak kentzeko.

Jainkoarengan meditatuz, haren presentzia alaia sentitzen dugu eta bizitzako amesgaiztoak kentzen ditugu.

*** * ***

Gorputza erlaxatzeko eta burua lasaitzeko ariketa bat:

Tentsio itzazu gorputzeko muskuluak neurriz borondate-indarra erabiliz. Borondate-indarra erabiliz, zuzendu bizi-indarra (muskuluak tentsio-prozesuan zehar) gorputza edo gorputzeko edozein atal jardueraz betetzeko.

Energia bibratzen, pultsatzen, gorputza kargatzen eta bizitasunez biziberritzen sentitzen dut.

Erlaxatu eta sentitu bizitza eta energiaren eztanda bat zure gorputzeko zeluletan eta ehunetan zehar igarotzen

Sentitzen dut ez zarela gorputza, baizik eta gorputza eusten duen bizitza.

Senti ezazu ariketa hau praktikatzeak dakartzan bakea, askatasuna eta lasaitasun handiagoa.

*** * ***

Jainkozko kontzientziaren gidaritzapean bazaude, etorkizuna iluna iruditu arren, gauzak hobetuko dira eta ez duzu huts egingo Jainkoaren argitan ibiltzen zaren bitartean eta haren gidaritzapean bazaude.

Jainkoa, bere botere miragarri guztiekin, zeruan urrun dagoela dioen ideia kendu behar dugu, eta ahulak eta lur honetan zailtasun eta arazo pila baten azpian lurperatuta gaudela.

Gogora dezagun ez gaudela bakarrik, gure giza borondatearen atzean jainkozko borondate handia dagoela, eta laguntza zintzo eta leialki bilatzen duenak ziur jasoko duela.

*** * ***

Unibertsoko guztia elkarri lotuta dago eta estuki lotuta dago besteekin

Jainkoak oparitu digun giza adimena behar bezala erabiliz, konturatzen gara bizitza guztia Adimen Gorenarekin lotuta dagoela.

Batzuetan patuaren eskuetan jostailu bat garela pentsa dezakegu, baina gure kontzientzia forma mugatu eta ilusiotsuetatik haratago askatzen dugunean eta gure kontzientzia eta ulermenaren hedadura probatzen dugunean, konturatzen gara gure baitan bizitza guztia sortu eta eusten duen

jainkozko boterearen txinparta bat dagoela, eta esnatzeko zain dagoela.

*** * ***

Gutxiagotasun konplexua benetako edo hautemandako ahultasun baten kontzientzia ezkutu batetik sortzen da.

Ahultasun hori konpentsatzeko asmoz, batzuek harrotasun faltsuaren ezkutua janzten dute eta harrokeriaz puzten dira.

Egoera psikologiko anormal horren atzean dagoen benetako arrazoia ez dakitenek esan dezakete pertsonak nagusitasun konplexua duela.

Bi konplexu hauek barne-desadostasuna adierazten dute eta auto-hazkunderako suntsitzaileak dira. Irudimenetik eta errealitatearekiko axolagabekeriatik sortzen dira, eta ez dute inolako loturarik arima boteretsuaren izaerarekin.

Autokonfiantza benetako lorpenen oinarrietan eta arima argituek ez dutela ezer falta konturatzean oinarritu behar da, Jainkoarengan aberatsak direlako.

*** * ***

Nerbio-sistemak bi funtzio ditu:

Nerbio-sistemak munduarekin elkarreragiteko aukera ematen digu Antzinako yogiek aurkitu zuten nerbio-sistemak gizakiak Jainkoarekin konektatzeko ere balio duela

Giza gorputzeko bizi-indarra normalean kanporantz isurtzen da, garunetik eta bizkarrezurmuinetik nerbioen bidez zentzumenetara eta haien kanpoko esperientzia sentensorialetara.

Bizi-indar hori kontrolatzen denean - meditazioaren bidez-, bere fluxua kanporantz alderantzikatzen du kanporantz beharrean, eta kontzientzia berarekin eramaten du Jainkoaren

pertzepzio espiritualala eta ezagutza dauden ardatz edo zentro gardenetara.

Urduritasunak —nerbioen gehiegizko estimulazioak— gorputzaren kontzientzia mugatzen du, lasaitasunak, berriz, jainkozko kontzientzia erakartzen du.

Meditatzen duzunean eta kanpoko energia nerbiosoa itzaltzen duzunean eta zeure burua lasaitzen duzunean, bizi-indarra zentzumenetatik kontzientzia espiritualaren zentroetara erretiratzen da, eta orduan konexio bat ezartzen da zure nerbio-sistemaren eta goi-kontzientziaren artean, beraz, jainkozko presentzia sentitzen duzu eta argiaren lurraldean bihurtzen zara loaren eta inkontzientearen eremutik haratago.

*** * ***

Askori gaztetasunaren freskotasuna interesatzen zaio, modu batera edo bestera denek "betiko gaztetasunaren iturria" bilatzen baitute, baina zer da gaztetasuna?

Ez dira gazte guztiak nahitaez gazteak, batzuk nahiko zaharrak baitira eta benetako adina baino askoz ahulagoak diruditelako. Alderantziz, badira adin aurreratuan gaztetasuna mantentzen duten adineko batzuk. Burua zorrotz mantentzen dute, bizitasuna espirtu energetikoetatik gorputzetara eta aurpegietara isurtzen da, eta odola existentziaren pozarekin taupadaka dabil.

Aitzitik, badira pertsona negatiboak, umore txarrekoak, deprimituak, kritikoak eta etsigarriak, hil izan balira bezala - luzea izan bedi zuen bizitza.

Ez dago aitzakiarik egoera psikologiko okerrentzat. Beti izan behar dugu positiboak, baikorrak, bizitzaz eta energiaz beteak, Jainkoaren bedeinkapenak eskertzen eta gure izatearen

sakonetik datorren gaztetasun espiritualaren eztanda batean murgilduta.

*** * ***

Mundu honetako anai-arrebak, gogoratu mesedez Jainkoa bakarra dela eta denok familia unibertsal bakarreko kide garela. Beraz, elkarri laguntzeko modu eraikitzaileak hartu behar ditugu —materialki, moralki, finantzarioki eta espiritualki—, lur honetako hiritar eredugarri bihur gaitezen.

1.000 pertsonako gizarte bateko pertsona bakoitzak iruzur, engainu eta borrokara joko balu besteen kontura aberasteko, bakoitzak 999 etsai izango lituzke. Aldiz, pertsona bakoitzak besteekin lankidetzan aritu eta lan egiten saiatuko balitz, haien aurka egin beharrean, bakoitzak 999 lagun izango lituzke.

Era berean, herrialde guztiek elkarri maitasunez lagunduko baliote, lurra bakean egongo litzateke eta aukera asko egongo lirateke guztion beharrak asetzeko eta ongizatea hobetzeko.

*** * ***

Argitasun espirituala lortu dutenek maskulinitatearen eta feminitatearen ezaugarri idealak gorpuzten dituzte. Pertsona batek adimenaren eta emozioen arteko oreka perfektua lortzen duenean, lurrera etortzeko arrazoirik garrantzitsuenetako bat ikasi du. Konturatu behar da bere funtsezko izaera espirituala dela, ez fisikoa.

Gizon batek eta emakume batek elkar beren desioak asetzeko bide gisa soilik ikusten dutenean, harmonia suntsitzeko eta benetako zoriontasuna galtzeko arriskua dute. Gizonak emakumeari sentiarazi behar dio ez dagoela berarekin bere bulkada sentsualak asetzeko soilik, baizik eta bikotekide eta lagun gisa, baloratzen, errespetatzen

**eta bizitzako esanahi ederren eta sakonenen
adierazpentzat hartzen duena. Emakume batek ere
modu berean ikusi beharko luke gizona.**

**Senar-emazte batek elkar maitasun garbi eta
zintzoz maite dutenean, bateragarritasun osoa bizi
dute maila fisiko, mental eta espiritualean.**

**Maitasuna modu finduan adierazten dutenean,
emaitza batasun arrakastatsua eta zoriontasun
berritua da.**

*** * ***

**Pertsona bat bizitzan zorigaiztoko denean, oso
kontziente da horretaz sakonki. Zoriontasunerako
bide zuzen bakarra dago, eta hori Jainkoarekin lotura
da.**

**Jainkoak ez ditu inoiz abandonatuko berarengan
konfiantza dutenak, ezta bera maite dutenak ere**

**Ikuspegi espiritualak dutenek bidea marraztu eta
oztopoak eta tranpak adierazi ditzakete, baina
bilatzaile serioek ahalegina egin eta distantzia
beraiek gainditu behar dute. Jainkoarekin benetako
lotura dutenekin harmonia espiritualak onura
espirituala eskaintzen die bidea egin eta nahi den
helburua lortu nahi dutenei.**

*** * ***

Lasaitasuna

**Kezka erretzen direnean beroa galtzen dutenean
Lasaitasuna agertzen da, bakea eta lasaitasuna
ekarritz**

**Bizitzaren txaluparen masta zuria da
Zoriontasun iraunkorraren haizeaz beteta dago,
zirrarak gabe**

**Beraz, astiro-astiro bultzatzen du txalupa Al-Rida
lakuaren gainazalean zehar**

**Lasaitasuna bakearen itsasorantz doan pozaren
jario leuna da, kezkaren olatuek ukitu gabe. Arimaren**

aterkia da, gizakiaren gogoan eta bihotzean zabaltzen dena, bere bizitzako pozak, txikiak zein handiak, beldurraren eta antsietatearen eurietatik babesteko.

Bizitzaren liratik ateratzen den nota zerutiarra da, bizitzaren mahai gaineko gatz sakratua da, lorpenen ur-jauzietatik hegan doan zipriztina, eta arimaren erreinua harmonian eta bat etorritz gobernatzeko duen giro lasai eta zoragarria.

**Lasaitasuna ez da soilik atsedenera isolatuetan
Ez dago iskanbila eta zaratatik ihesbiderik ere
Aitzitik, bihotzek ongietorria ematen dioten
lekura dator**

**Eta arimek erosotasuna aurkitzen duten lekuan
geratzen da**

**Leku eta denbora edozein dela ere
Lore hauskor eta delikatuak da
Ezin ditu ukitu zakarrak jasan
Aitzitik, bizi, loratu eta loratzen da
Ur garbi eta freskoarekin ureztatzen bada
Lasaitasuna sentimenduen aintzira geldi bat da
Tristuraren zimurretatik libre
Beldurraren malkoak isurtzen dituenak
Antsietate eta larritasun zantzurik txikienagatik
Arima lasaiaren orrialdea estaltzen denean
Elur zuri puru eta distiratsu geruza bat:
Lasaitasunaren eta bakearen elurra
Beldurraren ekaitzak eta kezkaren urakanak ez
dira nagusituko**

**Bakea eta lasaitasuna nahasten
Geruza gogor eta distiratsu honen azpian
Distira bedeinkatu eta distiratsu honetarako**

*** * ***

**Adiskidetasuna jainkozko maitasunaren formarik
puruena da**

Bihotzaren aukera asketik jaiotzen delako

**Ez digu familia-senak ezartzen
Lagun perfektuak ez dira inoiz bideak banantzen
Ezerk ezin ditu hautsi haien anai-maitasunaren
loturak**

**Adiskidetasunaren altxorra ondasunik
preziatuena da**

**Benetako adiskidetasuna arimarekin lotuta
dagoelako**

**Mundu honen mugak gaindituz
Maitasun loturak partekatzen ditugun lagun
guztiak**

**Berriro elkartuko gara haiekin zeruko etxean
Benetako maitasuna ez delako inoiz hiltzen**

*** * ***

**Askok bide espiritualera iristen dira, baina
amaierara arte irauten dutenek zoriontasun
espirituala dastatuko dute eta benetako bakea
gozatuko dute.**

**Munduko bide ilun eta lokaztuek etsipen eta
frustraziora eramaten dutela konturatzen diren
dizipulu zintzoek Jainkoarengana jotzen dute eta
zintzotasun osoz bilatzen dute, eta ez dute
zalantzarik haiek erreskatatzeko eta kontsolatzeko
duen gaitasunaz.**

**Bilatzaileak Jainkoarengandik erantzun ukigarria
jasotzen duen ala ez, ez du harenganako konfiantza
galtzen, baizik eta bere arimaren sakonean
erregutzen jarraitzen dio, ziur egonik erregu hori
entzuten duela eta bihotzaren deiari une egokian
erantzungo diola.**

*** * ***

**Zientziak frogatu du materiaren partikula guztiak
suntsiezinak direla, eta energia-uhin guztiak
suntsiezinak direla.**

Hau gizakiari berari edo bere esentzia espiritual hilezkorrari ere aplikatzen zaio.

Materia aldaketen menpe dago, eta giza arimak esperientzia aldakorrek bizi ditu

Azken aldaketari heriotza deitzen zaio, baina heriotzak edo forma aldaketak ez du esentzia espirituala aldatzen edo suntsitzen.

*** * ***

Unibertsoaren Jauna eta bihotzen maitea, zure ardurak lagun diezaguke. Aitortu dezagun zu zarela Jainkozko Errege bakarra, gure nahien tronuan esertzen dena.

Bizitzaren eta heriotzaren ateaz harago, zu zara, Jauna, helburu bakarra eta gorena

Benetako bizitza zara, eta ez dago ezer zu gabe Bedeinkatuak izan gaitezen, ongia ikusi, ongia entzun eta pentsamendu inspiratzaile eta onuragarriak izan ditzagun.

Apalak dira munduko handiak

Bilatzaileak Jainkoa bera bilatu behar du, inork ezin baitio ezagutza hori eman; aitzitik, azken saria lortzeko lan egin behar du.

Bilatzaile batek Jainkoa aurkitzeko erabaki irmoa hartzen duenean eta determinazio hori hausnarketa serioarekin uztartzen duenean, aurkituko du.

Jainkozko presentzia ukitzen duzunean, kausa eta efektuaren legea gaingitzen duzu

Gizakiak imajinatzen eta bilatzen duen zoriontasuna Jainkoarengan aurkitzen da, eta Harekin harremanetan daudenak dira benetan zoriontsuak

Bedeinka gaitzazu, Jauna, gure bizitzan lehen postua eman diezazugun eta munduko tentazioek gure bihotzeko zure maitasunarekin lehiatu ez dezaten utzi ez dezagun.

**Ireki ditzagun gure bihotzak jainkozko
maitasunari, gure bizitzetan sartu, argiz bete eta
zoriontasunaren arrosekin apaindu daitezen.**

**Egiten dugun ekintza on oro betiko inbertsio
irabazlea da**

**Gizakiaren kontzientzia mugatuaren atzean
Jainkoaren botere infinitua dago**

Bizitza sinple batek askatasuna ematen du

**Pentsamenduak baretzen direnean, posible da
jainkozko programa entzutea irrika irratia bidez.
Eta zintzotasuna dugunean, jende zintzoa erakartzen
dugu guregana, eta haien bidez, Jainkoaren ontasuna
eta maitasuna bizi ditugu.**

*** * ***

**Edozein adinetan, "Ahal dut" esaten baduzu
gaztea zara**

**Jainkoak eman digun adimena tresna indartsua da
eta ongia egiteko erabiltzea nahi du.**

**Zenbat eta gehiago hausnartzen dudan Jainkoa
nire baitan, orduan eta argiago agertzen zait haren
presentzia nire inguruko munduan.**

*** * ***

**Bedeinka gaitzazu, Jauna, eta maitasun handiz
maita zaitzagun.**

**Zure presentzia goza dezagun eta zurekin liluratu
gaitezen**

Gure bizitzako egunero

**Munduak eta haren tentazioek gure bihotzak
hartu ez ditzaten**

Edo arreta galarazi eta zutaz pentsatzea eragotzi

**Bedeinka gaitzazu, egunero zure argitan eta
bakean bizi gaitezen**

**Zure zain gaude eta irrikaz itxaroten dugu zure
kontaktua.**

**Iraunkortasunik ez duten munduko gauzen irrika
izan beharrean**

**Gure bizitzaren bidea zuregana bideratu
Beraz, ohitura txarrak saiatzeko direnean
Mundu honetako mugak gureganatu eta gure
kontzientzia lotzeko**

**Gure ideiak abiadura handian hegan doaz
zuregana**

**Munduak, Jauna, antsietatea sortzen digu barruan
Meditatzen duzun bitartean.
Gure arimetara segurtasuna eta bakea ekartzen
ditu**

**Gure bizitza zara.
Eta gure maitea zara
Eta gure presentziaren gozotasuna
Debozio sakonenarekin makurtzen gara Zure
aurrean**

**Gure bihotzen Jauna,
Gure bizitzak zure maitasunez bete ditzazula
eskatzen dizugu**

**Eta guri zeure burua erakusteko
Eta zure jarraitzaile eta maitale guztiei
Buda eta bere maitea: Maisua #Paramhansa
Irakaslearen hitzaldi gehiago**

Paramhansa Yogananda

Hurrengo estekan:

www.swaidayogacom

**Indian, Buda jainkozko enkarnaziotzat hartzen da.
Jesukristo baino bostehun urte lehenago bizi izan zen
eta Indiako errege baten semea zen.**

**Gautamaren aitak (geroago Buda bezala
ezagutuko zena, "argitua" esan nahi duena) jaiotzetik**

bere seme printzea luxu eta edertasun guztiekin inguratu zuen, mugarik gabeko gozamenez betez. Gautamaren ezkontza hain bikaina eta estrabagantea izan zela esaten zen, ezen antzinako erreinuek inoiz ez baitzuten horrelakorik ikusi.

Horrela, Gautama hazi eta heldutasunera iritsi zen, bere inguruko mundua betiko alaitasun eta amaigabeko gertaera zoriontsuen lekua zela sinetsita.

Baina Gautama printzea irrikaz zegoen jauregiko ateen eta lorategi oparoen atzean zegoen mundua ezagutzeko. Egun batean, mozorrotuta atera zen bere gurdi-gidariarekin mundua berak ikustera.

Gazte ederra txundituta eta sakon hunkituta geratu zen bere bizitzan lehen aldiz agure zahar eta ahul bat eta beste pertsona bat azken hatsa ematen ikusi zituenean, baita gorpu bizigabe bat ere.

Bere gorputz osasuntsu eta bizia begiratu eta pilotuari galdetu zion ea bere gorputzak ere egunen batean zahartuko ote zen, deskonposatuko ote zen eta biziaren txinparta galduko ote zuen. Pilotuak nahigabe erantzun zion:

"Oi Printzea, giza gorputz guztiak gaixotasun, ahultasun eta zahartzearekiko sentikorrak dira, eta, beraz, haien patua heriotza da"

Hori entzunda, printze gazteak lurreko bizitzaren ilusioak serio hartzen hasi zen. Gau batean, bere emaztea eta seme bakarra lo zeuden bitartean, Gautamak azken begirada bat bota zien, eta begiak negarrez beteta, jauregia utzi zuen gizateria betiko atsekabe eta minetik askatuko zuen eta bizitzaren eta

heriotzaren misterioaren benetako ulermena emango zion egiaren bila.

Printzeak aszetismo eta auto-ukapen mota asko praktikatu zituen. Esaten da zazpi urte eman zituela barau egiten eta beste praktika espiritual batzuetan. Azkenean, Indiako Bodh Gaya eskualdean banian (pikondo) baten azpian meditatzen ari zela, argitasun osoa lortu zuen.

Ondoren, normal jaten jarraitu zuen bere gorputza elikatzeko eta India osoan zehar zabaldu zituen errukiaren eta izaki bizidun guztientzat — gizaki, hegazti eta animalientzat— maitasun berdinen printzipioak. Gainera, ez zuen gomendatu munduko gauzetara atxikitzea nirvana lortzeko itxaropenarekin, hau da, arima berraragitzetik askatzen duen urruntze egoera.

Geroago, bere jarraitzaileek bere irakaspenak zabaldu zituzten Indian, Japonian, Txinan eta munduko beste leku batzuetan zehar.

Nirvana egoera, edo dualtasun eza, askotan gaizki ulertzen da norberaren suntsipen gisa. Baina Budak esan nahi zuena nortasun mugatuaren edo nortasun faltsuaren suntsipena zen. Nortasun estu hau suntsitu behar da arima hilezkorrak giza gorputzera itzultzeko ziklotik askapena lortu ahal izateko.

Suntsipenaren doktrina budista, bizitzaren helburutzat hartzen zuena, geroago Indian ordezkatu zuen Shankararen Swami doktrinak, Indiako Swami ordenaren sortzaileak, zeinak irakasten zuen bizitzaren helburua espiritu unibertsalarekin

zoriontasun eta batasun kontzientea lortzea dela, autokontzientzia suntsitu gabe.

Buda maisua eta bere dizipuluak zelibateak ziren Indian bidaiatzen ari zirela, Budari gertakari arraro bat gertatu zitzaion, bere dizipuluak nahastu eta batzuk beren irakaslearen portaera zalantzan jarri zituen.

Buda handia zuhaitz baten itzalean haiekin atsedean hartzen ari zela, emakume bat hurbildu zitzaion eta Budaren gorputzak eta aurpegiak erakarri zuten, distira apartekoa zerien. Bat-batean maitemindu zen harekin. Pasioz gainezka, beso zabalik joan zitzaion besarkatzeko eta musukatzeko, oihuka: "Oi bizitzaren poza eta argia, nire bihotza zure maitasunez taupaka dabil!"

Dizipuluak harrituta geratu ziren maisuak tentatzaileari honela erantzuten entzun zutenean: "Maitea, nik ere maite zaitut. Baina ez ukitu orain, oraindik ez baita ordua iritsi".

Hark erantzun zuen: «'Maitea' esaten duzu eta hala ere debekatzen didazu zu ukitzea!»

Buda handiak erantzun zion: "Ziur egon, maitea, geroago ukituko zaitudala, baina ez orain, eta zenbat maite zaitudan frogatuko dizut".

Bere hitzek ez zutela konbentzitzen ikusita, hau gaineratu zuen: "Fidatu nire hitzetan, maitea, eta ez izan zalantzarik. Gero, orain zutaz maiteminduta dauden zure maitaleek alde egin dizutenean, zuregana etorriko naiz".

Bere ikasleak txundituta geratu ziren maisuarengandik ipuin erromantiko hauek entzutean,

eta batzuek pentsatu zuten irakaslea seduktorearen tranpan erori zela.

Gertakari horren ondoren, urte batzuk geroago, Buda bere dizipuluekin meditatzen ari zela, bat-batean oihu egin zuen: "Joan behar dut, nire maite erakargarriak deitzen baitit. Orain behar nau, eta berari egindako promesa bete behar dut".

Hitz hauek esan bezain laster, jaiki eta ihesi joan zen, eta dizipuluak atzetik joan zitzaizkion, seduktorearen tentaziotik salbatzeko ahalegin etsian.

Azkenean, maisu handia eta bere dizipuluak urte batzuk lehenago tentatzailea ezagutu zuen zuhaitz berera iritsi ziren. Zer ikusi zuten zuhaitz horren azpian?

Emakume bera lurrean etzanda ikusi zuten, bere gorputz ederra baztangaz josita eta usain txarreko pustulez beteta.

Dizipuluak dardarka hasi eta berehala aldendu ziren harengandik, baina Buda, bere bihotz samur eta maitasun sakonarekin, ondoan eseri zen, gorputz usteltzen altxatu, bere magalean jarri eta belarrira xuxurlatu zion:

"Maitea, maite zaitudana frogatzera etorri naiz, eta ukituko zaitudala hitzeman dudana betetzeko, denbora luzez itxaron dut nire maitasun zintzoa frogatzeko. Maite zaitut beste guztiek maitatzeari uzten diotenean, eta ukitzen zaitut zure lagunek - gloria egunetan- ukitu nahi ez zaituztenean".

Hitz horiek esan zituenean, berehala sendatu zuen bere egoera tamalgarritik eta bere dizipuluen familiarekin bat egiteko eskatu zion, eta hark

**eskaerari erantzun zion irmotasunez eta neurrigabeko
pozarekin!**

Bakea izan bedi zurekin

Baieztapenak Sendatze orokorra lortzeko.

**Sentimendu, pentsamendu eta borondate ororen
tronuan,**

**Jauna, esertzen zara, eta nire izatea zaintzen
duzu**

Pentsamendua, borondatea eta sentimendua zara

**Zuk gidatzen duzu, zuk zuzentzen dituzu
pentsamendu, borondate eta sentimendu guztiak**

Zure gidaritzapean jokatu ahal izateko

Eta jarraitu zure gidaritza

Eta bihurtu zure adibide

Kontzientziaren tenpluan argia dago

Zure argia sendatzaile handia da

**Nire begiek lehenago ikusi zutena, orain ikusten
dut**

**Nire tenplua orain argiztatuta dago, ez dago
iluntasunik bertan!**

**Lokartu eta tenpluaren suntsipenaz amets egin
nuen**

**Beldurraren eta ezjakintasunaren ardatzekin, eta
antsietatearen suekin**

Egitura osorik ikusteak esnatu nau, ez hondatuta!

Gurtu nahi zaitut, ikusi nahi zaitut

Nire izatean, izarretan

Gorputzeko zeluletan, aldizka funtzionatzen dute

**Gorputzeko akats guztiak zuzentzen eta
konpontzen ditu**

Ai, zenbat irrikatzen dudan zu gurtzea

**Nire gorputzean, nire inguruan eta existentzia
osoan ikusten zaitut**

Guztiz existitzen zara.

**Nire maitasuna, Jauna, mugagabea da
zureganako!**

Zure nahia, Jauna, nire bidez ari da lanean

Nire nahia zure argiaren txinparta bat da

**Nire baitan, argia distiratzen da, eta iluntasuna
atzera egiten du**

Asmoa eta nahia izango dut

Lan egingo dut eta eraikiko dut

Ez utzi nire egoak gidatzen nauela

Aitzitik, zu zara zuzentzen duena

Eta zu zara entzuten dudana

Borondatearen bidez lortuko dut

Etengabe aktiboa

Sendotu nire erabakia, Jauna, beraz

Zure nahi handiaren bidez

Jauna, bihur gaitezen

Haur txiki errugabeak bezala

Zeruko erreinuaz gozatzen dutenen antzera

Zure maitasuna gure baitan perfekzioa da

Eta perfekzioa zarenez

Horrela gaude osasuntsu, bai fisikoki bai mentalki

**Nonahi zaude eta perfekzioa zure presentzian
dago**

Zure argia gorputzean distiratzten da

Bere zelulak osasuntsu daude zure argitik edaten

Utzi konturatzen nire gogoan bizi zarela

Nire arimarekin eta izatearekin

Nire gorputzeko atomo bakoitzarekin

Utzi konturatzen!

**Oi, nire bizitzaren bizitza, perfektua zara, dena
hartzen duzu**

Nire bihotzean zaude eta nire buruan zaude

**Nire begiekin, nire aurpegiarekin eta nire
gorputzarekin**

Zu zara nire oinak mugitzen dituen, ibil nadin

Biak dira soinudunak.

Zure indarra zure euskarria da; zure jarduera zure indarra da

Ez naiz eroriko, zuk laguntzen nauzulako.

Ez naiz erortzen zeren eta

Zure indarrean fidatzen naiz!

Nire eztarrian zaude.

Nire sabelean eta nire mintzetan zaude

Organo guztiak argiz distiratzten dira

Nire bizkarrezurrean distira egiten duzu, distira egiten duzu

Indartsu kargatuta dago, guztiz osasuntsu

Nire nerbioetatik igarotzen zara, energia hutsa

Erabat ondo dago.

Nire zainetan nire arterietan isurtzen da

Sua zara ezpurutasun guztiak kontsumitzen dituen

Gorputza gaixotasun guztietatik garbitzen du

Nire maitea zaren bezala, ni ere zure maitea naiz

Zure presentzia sentitzen dut nire gogoan

Bizitzaren korrontearekin taupadaka dabil

Utzi nire irudimenari muga guztiak gainditzen hegan egiten

Utzi eskualde guztietan hegan egiten oztopo edo mugarik gabe

**Gaixotasunei buruz pentsatzen badut, neu
gaixotu egin naiteke**

**Osasunaz pentsatzen dudanean, sendatuta
sentitzen naiz**

Une oro, ordu oro, egunero

Indartsu sentitzen naiz, osasuntsu sentitzen naiz

Zoriontsu, energetiko eta alai sentitzen naiz

Gaixo nengoela amets egin nuen

Esnatu eta barre egin nuen aurkitu nuenean

Malkoak betazaletan puzten ari zaizkit

Poztasun malkoak dira hauek, ez atsekabearenak

Oso osasuntsu eta sendo nago

Gaixotasunaren ametsak izan arren

Jainko maitea, utzi zure poza sentitzen

Eta maite zaitut eta zure presentzia

Obedientea edo burugogorra naizen ala ez

Zure maitea izango naiz betiko, Jauna,

Utzi beti osasuntsu nagoela sentitzen

Eta zoriontsu naiz nire bizitzan

Utzi zure zoriona betetzen

Ulertu dezadan, Guztia Jakiten Duzun Hara

Zure nahi jakintsuagatik!

Autoanalisia: Bizitza zoriontsu baten gakoak

Paramhansa Yogananda maisua

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

Utzi ditzagun egoaren mugak eta ibili gaitezen aurrerapen espiritualaren larre zabal eta mugagabeetan zehar. Denboraren karabana bezala, bizitzaren bideetan zehar etengabe bidaiatzen, arimaren karabanak ere azken hedapenaren bideetan zehar bidaiatu behar du jainkozko espirituaren atarian.

Bizitzako betebegarrik garrantzitsuenak betetzeko ekimena askotan gizakien ohituren hondakin eta hondakinen azpian lurperatuta geratzen da. Ohitura horien eragin itogarritik askatu behar dugu norberak, eta irrikatzen dugun arrakastaren haziak norberaren bizitzaren lurzoruan ereiten hasi. Bizitzak balioa eta esanahia hartzen ditu zereginik funtsezkoena eta oinarritzekoena betetzen dugunean: gure existentziaren benetako esanahia eta balioa aurkitzea.

Gizakiek ulertu behar dute bizitzaren irudi kosmiko dinamiko hauek ez direla arrazoirik gabe aurkezten. Egunero eszena berriak ikusten ditugu, eta egunero ikasgai berriak ekartzen ditugu, eta horiek ikasi behar ditugu giza existentziaren azken helburuan zentratuz: bizitzaren beloaren atzean ezkutatuta dagoen Izaki Gorena aitortzea.

Milioi bat pertsonak ez dute inoiz autoanalisirik egiten. Psikologikoki, inguruneko produktu automatizatuekin aldera daitezke. Bizitza gosarian, bazkarian, afarian, lanean, loan eta entretenimendu eta dibertsio bila hara eta hona ibiltzean ematen dute. Ez dakite zer bilatzen ari diren, zergatik bilatzen ari diren edo zergatik ez duten zoriontasun osoa eta asebetetze iraunkorra aurkitu. Autoanalisirik gabe,

pertsonak automata izaten jarraitzen dute, inguruneko baldintzek gobernatuta. Autoanalisi egokia da aurrera egiteko eta norberaren potentziala garatzeko modurik eraginkorrena.

Autoanalisia zintzotasunez eta osotasunez egin behar da. Horretarako modurik onena pertsona batek egunero bere pentsamenduak eta nahiak idaztea da, bere benetako nia apaingarririk edo itxurakeriarik gabe aurre egiteko aukera emanez. Jende gehienak ez du hobera aldatzen bere akatsak ikusten ez dituelako.

Pertsona oro bere ingurunearen eta herentziaren produktua da. Herrialde jakin batean jaiotako pertsona batek herrialde horren ezaugarri bereizgarriak erakutsiko ditu. Txinan edo Mendebaldeko herrialde batean jaiotako norbaitek herrialde horiekin lotutako ezaugarriak eta kalitateak erakutsiko ditu ziurrenik. Norbanako bat bizi den ingurunea faktore hereditarioen ondorioa da: aurreko bizitzetan eskuratutako abantailak eta nahiak. Aurreko enkarnazioetatik eskuratutako ezaugarriek norbanakoa aurkitzen den familian edo ingurunean jaiotzera eramaten dute.

Familia ospetsuei buruz irakurtzen dugunean, askotan ohartzen gara pertsona handien seme-alabak ez daudela nahitaez gurasoen maila intelektual berean. Gizakiengan gertatzen den akats biologiko eta genetiko honek susmoak eta galderak sortzen ditu: Zergatik ez ditugu aurkitzen emaitza berdinak gizakien bizitzan landare eta animalien erreinuetan ikusten ditugun bezala, non arraza onek normalean arraza onak sortzen dituzten? Giza bizitzaren barne funtzionamenduan sakondu behar dugu erantzunaren bila.

Ez da ezohikoa literaturan eta zientzian espezializatutako familia batean literaturarekiko inolako interesik ez duen haur bat aurkitzea. Egia da literatura-zaleen artean giro literario batean jaio eta hazi zela, baina ez ditu joera berdinak partekatzen. Zergatik eta nola gertatzen dira paradoxa horiek? Inguruneak eta herentziak ez dute azalpen logikorik eskaintzen fenomeno honetarako. Baina faktore horien guztien atzean, berraragitzearen egia dago. Familia jakin batean jaiotzen gara ezaugarri batzuen antzekotasunagatik. Baina familiako kide bakoitza banako independentea da, iraganeko bizitzetatik ekarritako ezaugarriekin. Horregatik, familiako kideen arteko antzekotasun biologiko eta genetiko batzuk izan arren, pertsona bakoitza besteengandik desberdintzen da izaeran eta nortasunean.

Pertsona batek familia jakin batean eta gizarte-edo nazio-ingurune jakin batean jaiotzea aukeratzen du, bere iraganeko ekintzek zehaztutako arrazoi zehatzengatik. Ikuspegi honetatik, pertsona bere patuaren arkitektoa eta bere patuaren planifikatzailea da. Neurri batean, etorkizunean zer bihurtuko den iragar daiteke, bizitza honetako bere nahiak eta ohitura nabarmenak aztertuz.

Hemen datza autoanalisiaren garrantzia hazkunde espiritualerako. Batzuek eleberri tragikoak irakurtzearen mendekotasuna dute, genero gogokoena direla uste baitute eta bizitza osorako gozatzen jarraituko dutela sentitzen baitute. Baina beren burua aztertuko balute, literatura mota hau etengabe irakurtzeagatik deprimituta eta suminkor bihurtzen direla ikusiko lukete. Depresio honengatik, ohitura hautsi eta, horren ordean, pentsamenduak inspiratzen dituzten eta sentimenduak ideia sendo

eta bikainekin elikatzen dituzten liburu espiritualak irakurtzeko ohitura landu nahi izango lukete.

Aldaketa hau egiten badute, beren bizitzak bide berri zoragarri bat hartu duela ikusiko dute, bereizketa kontzienteari eta determinazio sendoari esker.

Egia da nahi badugu oso azkar alda gaitezkeela geure burua, baina urteetako ereduak eta ohiturak aldatzeak benetako ahalegina eta borondate sendoa eskatzen ditu.

Ohitura errota bat desagerrarazteko, determinazio indar guztiak kontrako norabidean mobilizatu behar dira, ohitura txarra neutralizatu eta haren indarra baliogabetu arte. Jende gehienak ez du horretarako beharrezko pazientzia eta iraunkortasunik. Hala ere, konturatu behar da norberak sortu edo egindakoa ezabatu edo baliogabetu daitekeela.

Zeure burua aztertzen duzunean, izan gogo bizia zure ahuleziak ezabatzeko eta izan behar duzun pertsona bihurtzeko. Ez sentitu etsipenik edo frustraziorik autoanalisi zintzoak nabarmentzen dituen akatsak aurkitzen dituzunean; horren orde, hartu aukera zure nortasunean zer konpondu behar den identifikatzeko.

Pentsamendua guruin endokrinoen produktua dela dioen teoria bat sortu da Kontzeptu hau oinarririk gabea da Haragiak eta hezurrek ezin dute pentsamendua sortu Adimena gauza guztien arkitekto nagusia da, bai orokorrak bai espezifikoak Ura hoztean izotz bihurtzen den bezala, pentsamenduak forma fisikoak hartzen ditu kondentsazio bidez Unibertsoko guztia forma fisikoetan pentsatzen da

**Organo endokrinoa ere pentsamenduaren
miniaturazko eredu baten adierazpen fisikoa da**

**Pertsona baten egoera fisikoa eta psikologikoa
estuki lotuta daude Adibidez, ikusi da gibealeko
gaixotasuna duten pertsonak askotan suminkorrak
eta umore txarrekoak bihurtzen direla. Norbaitek
behazun-jariaketa gehiegi edo gibealeko disfuntzioa
duenean, baliteke ez sentitzea irribarre egiteko edo
alai egoteko gogorik topatzen duen guztiekin. Horren
ordez, haserre eta suminkor senti daitezke.
Pentsamenduak eta emozioak egoera fisikoak
eragiten ditu.**

**Organoak kaltetuta daudenean, indar mentalari
eragin negatiboa dio, eta horrek, aldi berean, ahuldu
egiten du. Haragi asko jaten dutenek haserre eta
suminkortasunerako joera izaten dute. Pertsona
batek astebetetz mahats zukua bakarrik kontsumituko
balu, freskatuta eta guztiekin harmonian sentituko
litzateke.**

**Gehiegi jateak eta desegokiak diren elikagaiak
kontsumitzeak toxina kopuru handiak sortzen eta
atxikitzen ditu gorputzean, eta horrek, zalantzarik
gabe, eragin negatiboa du buruan, geldo, letargiko
eta erraz narritagarri bihurtuz. Mahats edo laranja
zukuarekin aldizkako baraualdiak gorputza garbitzen
laguntzen du, eta horrek, aldi berean, garuna
biziberritzen eta energia ematen laguntzen du.
Gainera, astean egun batean barau terapeutikoak,
eta batzuetan hiru egunez (barauan ura eta zukua
edaten duzun bitartean), gorputza pilatutako toxinak
eta hondakinak garbitzen laguntzen duela frogatu da.
Hiru egun baino gehiagoz barau egitea mediku baten**

edo barau-espezialista baten gainbegiratzeapean egin behar da.

Behin, hirurogeita hamar urteko gizon bat ezagutu nuen, arropa arinak zeramatzana, berokirik eta galtzerdirik gabe, oso hotz egin arren. Ziurtatu zidan ez zuela batere hotz sentitzen! Bere gorputza eguraldi hotzera ohituta zegoen. Buruak gorputzean eragiten du gorputzak buruan baino gehiago, nahiz eta gorputzaren elementu kimikoek etengabe eragiten dioten buruari.

(Oharra: Paramhansak behaketa hau egin baino lehen, janariak eta nutrizioak osasun mentalean duten eraginari buruzko ikerketa serioak egin ziren urte askotan zehar. Pobrezian hazi eta nutrizio egokirik gabe geratu ziren pertsonen garapen mental kaltetua eta erantzun motelagoak erakutsi zituzten, zalantzarik gabe. Horrez gain, zientziak erakutsi du eromen mota batzuk [oraindik sendaezintzat hartzen direnak] nabarmen hobetu direla bitaminak erabiltzearekin soilik. Gainera, depresio, antsietate eta beste emozio mota batzuen arrazoiak gorputzeko elementu kimikoen desoreka batean daude.)

Buruak eragin handia badu ere gorputzean, ez da zentzuzkoa gorputza alde batera uztea. Janari osasungarria lehenetsi behar da osasungaitzaren gainera. Zirkunstantziek suminkortzen zaituzten pertsonekin bizitzera behartzen bazaituzte, komeni da noizean behin ingurunea aldatzea. Baina hori guztia baino hobea da zure egoera psikologikoa aldatzea, besteen ekintzek ez zaitzaten molestatu. Aldatu zeure burua, eta bakean eta zorientasunean bizi ahal izango zara edozein lekutan.

Mundua, oro har, eroetxe baten antzekoa da Batzuek jeloskortasuna eta inbidia pairatzen dituzte, beste batzuek haserrea, gorrotoa eta lizunkeria Beren ohitura eta emozioen biktima dira Baina bakea sor dezakezu zure inguruan Aztertu zeure burua Emozioek ondorio zehatzak dituzte gogoan eta gorputzean Inbidiak eta beldurrak aurpegia zurbil agerrarazten dute, maitasunak, berriz, distiratsu Lasai egon zaitezkeenean, beti izango zara zoriontsu

Pertsona batek lantzen saiatzen den edozein motatako nortasuna edozein dela ere, ahalegina egin behar du bere benetako izaera aztertzeke eta haren ezaugarri onenak garatzeko. Pertsona batek identitate morala, etikoa, abertzalea, artistikoa edo ekintzailea izan dezake, eta abar. Bere helburua ideal moral gorenekin bat egitea bada, osotasunez bizi behar du eta borondate ona eta asmo onberak izan behar ditu guztientzat. Hori da jokabide bertutetsuaren funtsa. Harrotasuna da beren burua justifikatzen dutenak inguruko ahulak kritikatzera eta gaitzestera bultzatzen dituenak. Baina izaera noblea eta arima ulerkorra dutenek besteekin enpatizatzen dute eta ez dituzte gaitzesten ezjakintasunetik eta epaiketa okerretik sortutako akatsengatik.

Joera materialistak dituztenek askotan alferrik sufritzen dute. Pertsona horiek autokontrola ikasi behar dute, bestela mundu fisikoaren pieza mugikorrak bezalakoak dira, egunean zigarro kopuru jakin bat erretzera eta elikagai zehatzak jatera behartuta. Buruko mina izaten dute kafea edo bazkaria galtzen badute eta ezaugarri zehatzak dituen koltxoi batean bakarrik lo egin dezakete. Erosotasunak ondo dauden arren, ez da utzi behar norbera esklabo bihurtzen. Oreka ezinbestekoa da,

eta norberak bere izaera mentala, fisikoa eta espirituala orekatzen ez baditu, ez du zoriontasunik ezagutuko. Ez da zentzuzkoa izaera materialak norberaren jakinduria eta bereizketa menderatzen uztea. Azken hitza eta azken erabakia beti kontzientziaren eta ikuspegiarena izan behar dira.

Bizitza xumea eta pentsamendu altuak izan beharko lirateke gizateriaren helburuak Zoriontasunaren elementu guztiak gure baitan eraman behar ditugu Hau meditazioaren eta gure kontzientzia etengabe berritzen ari den poz espiritualarekin lerrokatzearen bidez da posible Jainkoa zoriontasun unibertsala da, eta Harekin harmonian, bere poza sentitzen dugu eta bere gozotasuna dastatzen dugu Ez dugu inoiz gure zoriontasuna kanpoko eragin baten menpe hipotekatu behar Bizi edo lan egiten dugun ingurunea edozein dela ere, gure barne bakea haren eraginetatik babestu behar dugu Aztertu zeure burua eta bihurtu izan beharko zenukeena eta izan nahi duzuna Jendeak gutxitan ikasten du benetako autokontrola; horren ordez, beren ongizaterako kaltegarriak diren gauzak egiten dituzte eta hala ere zoriontsu direla uste dute! Baina haien zoriontasuna ilusorioa da Zoriontasunaren eta arrakastaren benetako gakoa egin nahi dituzun gauzak egitean datza, zure betebeharra delako, eta gauza kaltegarriak egiteari uztean, horiek saihestea hobe delako.

Ez zenuke zure burua kezka eta interes ugarirekin okupatuta eduki behar. Ebaluatu itzazu benetan garrantzitsuak diren zehazteko. Denbora preziatua da eta ez da alferrik galdu behar. Liburu onuragarri bat irakurtzeak zure ongizatea hobetu dezake filmak ikusteak baino askoz gehiago. Askotan esaten dut:

"Ordubetez irakurtzen baduzu, idatzi bi. Bi orduz idazten baduzu, pentsatu hiru. Hiru orduz pentsatzen baduzu, mediatu denbora guztian".

Nora noan, beti mantentzen dut nire bake eta lasaitasun espiritualak. Iparrorratzaren orratzak beti iparraldera seinalatzen du. Era berean, adimena beti poz espiritualaren polorantz zuzendu behar da; orduan inork ezingo du zure bakea edo oreka asalatu.

Pertsona batek aurrekoa baino egun bakoitza hobe izaten saiatu beharko luke, bestela osasunean, barne bakean eta zorientasunean atzera egin dezake Zergatik? Ez dutelako ahalegin nahikorik egiten beren pentsamenduak eta ekintzak kontrolatzeko Gizakiek beren ohiturak sortzen dituzte, eta alda ditzakete Pentsamendu negatiboak izateko joera baduzu, inguratu zaitez jende onez, irakurri liburu onak eta mediatu Zure lagunak aldatzeak, beharrezkoa bada, eragin positiboa izan dezake zure bizitzan

Hobera aldatzeko erabakia hartzen duzunean, gogoratu konpainia ona eta eragin positiboak funtsezkoak eta ezinbestekoak direla zure helburuak lortzeko. Ingurunearen eragina —ona edo txarra— borondatea baino indartsuagoa da, beraz, kontuan izan hau besteekin harremanetan jartzean.

Autoanalisia ere ezinbestekoa da autohobekuntzarako. Ausardiaz eta beldurrik gabe zeure burua aztertzen baduzu, besteen analisiari aurre egin ahal izango diozu eta haien kritikak ez dizu eragingo.

Besteen akatsetan pentsatzen dutenak harrapariak dira. Mundua gaiztoz beteta dago, beraz,

ez litzateke gaizki hitz egin behar, ez pentsatu gaizki, ez egin gaizki. Aitzitik, arrosa bat bezalakoa izan behar da, adeitasunaren, asmo garbien eta anai-maitasunaren usaina zabalduz. Utzi jendeari benetako laguna zarela sentiarazten, eraikitzailea, ez suntsitzailea. Zaren baino hobeia izan nahi baduzu, aztertu zeure burua eta landu barneko ezaugarri nobleak. Arima jator batek hitzek baino modu elokuenteagoan hitz egiten du bere jabeaz, besteek akatsik gabe sentitu eta ulertzen duten bibrazio paregabea igortzen baitu. Pentsatu argian, eta iluntasuna desagertuko da. Aztertu, hausnartu eta egin ahal duzuna besteei laguntzeko eta kezka, mina, beldurra eta injustiziaren zama haien sorbaldetatik kentzeko.

Jende askok bizitzan zehar noraezean dabil, helburu argirik gabe. Definitu zure helburua eta lortu nahian lan egin. Introspekziarako eta otoitz pribaturako denbora hartu. Gauza inspiratzaile asko daude aurkitzeko zain, baina askotan gure denbora eta energia alferrik galtzen ditugu gauza hutsaletan. Zoriontasuna ez da etorriko pertsonaia handien jakindurian zentratzen ez bagara eta haien argiak gidatzen ez bagaitu. Haien ideiak beste liburu eta idazki espiritual batzuetan aurkitzen dira, laguntzeko eta gidatzeko.

Bizitzaren plazerrez goatzea ondo dago, baina ez dago barne bizitzaren eta hausnarketa introspektiboaren ordezkorik, zoriontasuna hausnarketaren eta liburuetan gordetako ideien bidez buru handiak ezagutzearen mende baitago, jende on eta noblez inguratzearen mende baitago ere.

Bakardadea gozagarria da kontenplazioa maite dutenentzat, baina horrek ez du esan nahi jendeengandik urruntzea edo isolatzea. Sozializatu nahi duzunean, egin ezazu bihotz-bihotzez, zure maitasun eta adiskidetasun guztiarekin, zure lagunak zure presentzian erosotasuna aurki dezaten eta beti irrikaz egon daitezen zu ikusteaz eta zure konpainia onez gozatzeaz.

Bakea izan bedi zurekin

Arrisku eraginkorra

Paramhansa Yogananda

Ermitan sartu eta harrotasunez barazki saski bat eman nion nire irakasleari, Sirri Yuktsuwarri, esanez:

"Opari bat da hau zuretzat, jauna! Sei azalore handi hauek neuk landatu ditut eta hazkuntza-faseetan zehar zaindu ditut, ama batek bere haurtxoarekiko duen samurtasunarekin."

Sri Yuktiswarrek esker oneko irribarre batekin erantzun zuen: "Eskerrik asko, mesedez, gorde ezazu zure gelan; bihar beharko dut afari berezi baterako".

Puri hirira iritsi berria nintzen udako oporrak nire irakaslearen kostaldeko ermitan pasatzera. Bi solairuko atsedenleku alai honek Bengalako badiaren ikuspegia du eta irakasleak eraiki zuen bere dizipuluen laguntzarekin.

Hurrengo goizean goiz esnatu nintzen, itsasoko haize gaziak eta ermitaren xarma lasaiak freskatuta. Irakasleak bere ahots melodiatsuan deika entzun nuen, beraz, maitasunez eta maitasunez gainezka

zeuden azaloreei begiratu nien, eta gero arretaz jarri nituen ohe azpian.

Irakasleak esan zuen: "Goazen hondartzara". Aurretik joan zen, eta nik jarraitu nion ikasle gazte talde batekin. Irakasleak gaitzespenez begiratu zigun eta esan zuen:

"Mesedez, bi ilaratan ibili, urratsak sinkronizatuta mantenduz"

Gero, obeditzen genion bitartean aztertu gintuen eta honelako zerbait errezitatzen hasi zen:

Mutilok, izan zaitezte sendo eta lerro ordenatuetan abiatu!

Irakasleak bere ikasle gazteen urrats dotoreei jarraitzeko zuen leuntasunak harritu ninduen.

Irakasleak begietara begiratu eta esan zidan: "Gelditu! Itxi al duzu ermitako atzeko atea?"

Nik erantzun nion: «Uste dut baietz, jauna».

Seri Yuktsuwar isilik egon zen minutu batzuetan, irribarre ahul eta ia ezkutatu bat ezpainenetan zuela, eta azkenean esan zuen:

"Ez, ahaztu egin zait meditazio sakratua ez dela aitzakia gisa erabili behar otordu fisikoak egiteari uko egiteko."

Txantxetan ari zela pentsatu nuen, baina gaineratu zuen: "Zure sei azaloreak laster bost bihurtuko dira".

**Irakasleak agindu bezala itzuli ginen, eta erritu-
lekura hurbildu ginenean esan zuen:**

"Itxaron une bat. Begira, Mukunda (Paramhansa), zure ezkerrean patioaren bestaldean, errepiderantz. Norbait laster etorriko da hara eta zure zigorraren eragilea izango da."

Iruzkin lauso hauekiko nire haserrea ezkutatu nuen. Bat-batean, bidean herriko biztanle bat modu arraroan dantzatzen eta besoekin keinu zentzugabeak egiten ikusi nuen. Ia jakin-minak ia mutu utzi ninduen eta arretaz begiratu nion ikuskizun guztiz barregarriari. Gizona gure bistatik desagertzeaz zegoenean, Sri Yuktiswarrek esan zuen: "Orain itzuliko da".

Herrikoak berehala aldatu zuen norabidea eta ermitaren atzealderantz abiatu zen. Bide hareatsu bat zeharkatu ondoren, eraikinera sartu zen atzeko atetik, nik ez nuena itxi, nire irakasleak agindu bezala. Handik gutxira, nire azalare preziatuetako bat eskuan zuela agertu zen, harrotasuna agerian zuela duintasun eta errespetuz zihoala.

Eszena komiko honek, non biktima gisa agertzen nintzen, ez ninduen lapurra atzetik joateari utzi, eta abiadura bizian jarraitu nion. Erdibidean nengoela, Sri Yuktiswarrek, burutik oinetara barreka, deitu zidan eta itzultzeko eskatu zidan. Barre-algara artean, azaldu zuen:

"Mutil gajo horrek azalarearen irrika zuen, beraz, pentsatu nuen ez litzaiokeela minik egingo ondo zaindu ez duzun zure azalareetako bat erostea!"

Nire gelara korrika joan nintzen eta lapurra barazkizalea zela aurkitu nuen, ez baitzituen nire urrezko eraztunak, erlojua edo dirua ukitu, denak manta gainean sakabanatuta baitzeuden. Horren

ordez, ohe azpian sartu zen azalore-saski ezkutura, bere bihotzeko nahia betez.

Arratsalde hartan Sri Yuktwarri eskatu nion gertakari hura azaltzeko, eta horrek ez zuen ezaugarri nahasgarririk gabe utzi. Irakasleak poliki-poliki burua astindu zuen, esanez:

"Ulertuko duzu egunen batean Zientziak laster aurkituko dituela hainbat lege ezezagun"

Urte batzuk geroago, irratiaren mirariak bat-batean mundu harritu baten gainean agertu zirenean, irakaslearen profezia gogoratu zen. Espazioari eta denborari buruzko ideia zaharrak betiko desagertu ziren, orain ez baitago etxe bakar bat ere, txikia izan arren, irrati (eta satelite) kate globalen ugaritasunak iristen ez denik. Bururik otsuenak ere ireki eta zabaldu egin dira gizateriaren ezaugarri nagusietako baten froga ukaezinaren aurrean: existentziaren osotasuna.

Azalorearen ipuin komikoa irrati batekin alderatuz uler daiteke. Nire irakaslea igorle eta hartzaile osoa zen. Pentsamenduak ez dira bibrazio sotil eta etereoak baino. Irrati sentikor batek nonahi emititzen diren milaka programaren artean programa espezifiko bat jasotzen duen bezala, Sri Yuktiswar ere hartzailea zen pentsamendu bakar baterako —azaloreaz obsesionatuta dagoen ergelaren pentsamendua— mundu honetan emititzen diren giza pentsamendu ugarien artean. Hondartzarantz gindoazela, irakasleak herriko biztanle xumearen nahia sumatu eta berehala jokatu zuen hura betetzeko. Nire irakaslearen begi santuak gizona ikasleen aurretik dantzan ikusi zuen. Ermitako atea ixtea ahazteak aitzakia egokia eman zion irakasleari nire landare

maiteetako bat kentzeko. Horrela, Sri Yuktiswarrek, hartzaile gisa jardun ondoren, igorle gisa ere jardun zuen. Rol honetan, irakasleak herriko biztanlea gidatu ahal izan zuen bere urratsak alderantzizatzeko eta gela espezifiko batera joateko azalore bakarra lortzeko.

Ulermena arimaren gida bat da eta benetan pertsona batengan lasaitasun uneetan agertzen da. Ia pertsona guztiek izan dute barne intuizio azaldu ezin bat edo gai izan dira beren pentsamenduak beste pertsona bati modu eraginkorrean helarazteko.

Antsietatearen distrakzioetatik libre dagoen giza adimen batek irрати baten funtzio konplexu guztiak betetzeko gaitasuna du: pentsamenduak transmititu eta jasotzea, eta nahi ez direnak iragaztea. Irrati-estazio baten transmisio-ahalmena erabiltzen duen elektrizitate-kantitatearen arabera den bezala, giza adimenaren eraginkortasuna, irрати baten antzera, pertsona bakoitzaren borondate-indarraren arabera da.

Pentsamendu guztiak betiko geratzen dira unibertsoan noraezean. Kontzentrazio sakonaren bidez, irakasle argitu batek edozein pertsonaren pentsamenduak harrapatu eta irakurri ditzake, bizirik edo hilik. Pentsamenduak jatorri unibertsalekoak dira, ez indibidualak. Egia ezin da sortu, aurkitu baizik. Pentsamendu faltsuak —txikiak edo handiak— bereizteko gaitasun nahikorik ez izateagatik sortzen dira. Yogaren helburua adimena isilaraztea da, barne-ahotsaren gidaritzan hutsegiterik gabe entzun dezan, distortsio edo nahasmenik gabe.

Irratiak eta telebistak urruneko beste pertsonen ahotsak eta irudiak aldi berean ekarri zituzten

milioika pertsonen etxeetara. Hau izan zen gizateria espiritu unibertsala dela adierazten duen lehen adierazpen zientifikoa. Subjektibotasunitsuak gizateriaren funtsa menderatu eta bereganatu nahi badu ere, ez da espazioko puntu zehatz batera mugatutako gorputz bat, baizik eta existentzia unibertsalaren espiritu bat.

Zentzu honetan, Charles Robert Richetek, Fisiologiako Nobel saridunak, honako hau idatzi zuen:

"Benetan bitxia eta nabarmena da fenomeno natural ezinezkoak oraindik ere gertatzea. Finkatzen direnean, ez gaituzte harrituko zientziak azken mendean baino gehiago. Gaur egun erraz onartzen ditugun fenomenoek harritzeari uzten diotela uste da, ulergarriak bihurtu direlako. Baina ez da horrela. Jada harritzen ez bagaituzte, ez da ulertzen ditugulako, baizik eta ezagunak bihurtu direlako. Ulergaitz den guztiaz harritu behar bagara, orduan denak harritu beharko gintuzke: airera botatako harri batek, haritz handi batean hazten den ezkur batek, berotzean hedatzen den merkurioak eta iman batek erakartzen duen burdinak".

"Gaur egungo zientzia ez da jada konplikatua. Gure ondorengoek ondorioztatuko dituzten gertakari harrigarri eta ustekabekoak gertu ditugu orain eta guri begira daude, nolabait esateko, nahiz eta guk ez ditugun ikusi. Baina ez da nahikoa ez ditugula ikusten esatea: ez ditugu ikusi nahi, zeren gertakari ustekabeko eta ezezagun bat agertzen den bezain laster, onartutako ezagutzaren esparru orokorrean sartzen saiatzen baikara, eta haserretu egiten gara norbaitek esperimentatzen ausartzen bada horren ondoren!"

Iturria: Yogiren egunkaria: Autobiografia

Ezkutatuta ikusi zintudan

Lore bati begiratu eta otoitz egin nuen, eta berehala ikusi zintudan, Jainkozko Espiritua, barruan ezkutatuta. Zure presentziaren usaina zerion, bere petaloak zure arrosa koloreko xalotasunaz tindatuta zeuden, eta bere bihotza zure jakinduriaren urreaz distiratzten zuen.

Eta ikusi nuen zure botere osoa bere zurtoin mehea eta hosto berde oparoak eusten. Bizitzaren eta betikotasunaren misterioei dagokienez, polen hautsean lotan ikusi nituen, eta zure ukitu infinituak erlea inspiratu eta bularra sutu zion, eta horrela zure gozotasuna zurrupatzen hasi zen.

Eman iezadazu zure sorkuntzaren mirarien ezagutza eta agerian utzi zure sekretu amaigabeak, errepide bazterrean hazten diren belar txar txikienetan ere ezkutatuta.

Betikotasunetik xuxurlatzen direnak

Norberaren izaera hezteak edo ezaugarri kaltegarriak gaitzitzea

Ez da erraza tenperamentua definitzea, baina badakigu zer den. Aztoramen eta haserre egoeran zaudenean, zure portaera ez da normala, eta ez zara izan beharko zenukeen pertsona. Ondorioz, larrituta eta bakartuta sentitzen zara. Eta zer izan daiteke pertsona batek bere buruari bere ekintzen eta erreakzioen bidez atsekabea eragitea baino ergelago?

Inori ez zaio miseria gustatzen. Ez al luke pertsona batek bere burua aztertu behar hurrengoan umore tristean dagoenean? Hala egiten badu, ikusiko du borondatez zorigaitzoko bihurtzen ari dela. Egoera

hain tristean daudenean, ingurukoek haien larritasuna sumatzen dute eta haien konpainia saihesten dute.

Nora doan pertsona, hitzik gabe asko hitz egiten du, bere aldarte orokorra bere begietan islatzen baita, eta begiratzen dion edonork haietatik ateratzen den negatibotasuna sentitzen du. Beren begietan islatutako emozio ilun eta gaiztoak ikustean, besteak uxatzen dira, bibrazio kezkagarri horietatik urruntzea nahiago baitute. Haserrea lehenik gogoaren ispilutik uxatu behar da, begietan duen isla ezabatu aurretik.

Mundu honetan, gizakia beirazko etxe batean bizi da, besteen aurrean, itxurak egin edo itxurak egin ezinik. Beraz, bizitza naturala bizi behar du. Zergatik ez jokatu errespetua eta miresmena irabazten dion moduan? Zergatik ez ikusi noblezia bere begietan eta poza bere aurpegian? Pertsona baten ezaugarri eta bertute on guztiak barruan ezkutatuta daude, tristezia eta miseria geruza baten azpian.

Besteek ez dute bere portaera nabaritzen bakarrik, baizik eta haiena ere behatzen du. Ingurukoak etengabe behatzearen ondorioz, besteekin alderatzeko joera duenez, zoritxar psikologikoaren biktima erortzen da. Edo mundu honetan dituen zailtasunek larritu eta kezkatu egin dezakete. Tenperamentua askotan ingurumen-eraginen ondorioa da. Inguruko munduak modu ezberdinean eragiten digu. Baina ez genuke geure buruari depresioan erortzen utzi behar kanpoko egoeren ondorioz. Eta zergatik jasan behar dugu gure inguruko eragin kezkagarrien zama?

Batzuek emozio negatiboak erakusten dituzte arazo edo egoera bati aurre egitea saihesteko. Hala ere, portaera negatibo hauek ez dira ez ihesbide bat

ezta babes emozional bat ere. Naturala da noizean behin tristura eta malenkoniari aldi baterako amore ematea, baina sentimendu hauek ez lukete zu kontrolatzen utzi behar.

Nortasun-ezaugarri bakoitzak azpiko kausa espezifiko bat du. Ezaugarri bat ezabatzeko, haren kausa jorratu behar da. Ezinbestekoa da egunero gelditu eta hausnartzea, zure pentsamenduak eta motibazioak aztertuz zure nortasuna ulertzeko eta, kaltegarria bada, horri aurre egiteko eta zuzentzeko modu egokia ikasteko. Apatia egoeran aurki zaitezke, besteen iradokizunak kontuan hartu nahi ez dituzunean. Egoera honetan, ezinbestekoa da esperientzia positiboak eta erakargarriak lantzeko ahalegin kontzientea egitea. Kontuz apatiarekin, aurrerapena oztopatzen baitu eta borondatea paralizatzen baitu.

Edo pertsona bat gaixotasunak etsi eta etsita egon daiteke, osasuna berreskuratzeko gai ez dela sinetsita. Kasu honetan, bizimodu osasuntsuaren printzipioak erabili behar dira oinarri moral eta etikoetan oinarritutako bizitza osasuntsu eta emankorra sortzeko. Gainera, Jainko Ahalguztidunarengana jo beharko litzateke otoitzean, bere sendatzeko ahalmenean fedea handiago lantzeko.

Pertsona batek porrot egin duela eta ezertan arrakastarik izan ezin duela sinetsi badu, arazoa aztertu eta beharrezko ahalegin guztiak egin dituen argi utzi behar zaio.

Jainkoak unibertso osoa kudeatzen du, xehetasun txikien eta ñimiñoen etaraino, eta gizateria bere irudira sortua da. Beraz, ezin dugu porrotaren aitzakiarik edo justifikaziorik jarri. Ez izan beldurrik lanagatik, neketsua izan arren, lanak gorputza

"indartzen" baitu eta inori ez dio kalterik egiten. Hala ere, lasai lan egiten eta pentsatzen ikasi behar da. Energiaz eta lasai zaudenean, nahi duzuna lor dezakezu, zure burua argi baitago.

Arrakasta lortzeko beharrezko ahalegina ez egiteaz gain, jende gehienak mentalki inaktibo ere izaten du. Denbora asko ematen dute pentsatzen ez duten bitartean. Batzuek atsedean eta erlaxaziotzat hartzen dute hau. Baina benetako erlaxazioan, adimena aktibo eta lasaia da aldi berean. Une lasai horietan, Jainkoa, ikuspegi eder bat edo esperientzia atsegin bat pentsa daiteke. Lan mental positiboa eta lasaia freskagarria eta indarberritzailea da. Hala ere, jende askok ahalegin sortzailea estresarekin nahasten du eta tentsio eta urduritasun egoeran lan egiten du.

Pentsamendu sortzailea da temperamentu osasungaitzen aurkako antidoto onena. Temperamentu hauek kontzientzia hartzen dute pertsona bat egoera negatibo edo urdurian dagoenean. Burua pentsamendu positiborik gabe dagoenean, jabea deprimituta eta kezke zamatuta geratzen da. Eta depresioarekin eta kezkarekin batera deabrua dator, pertsona horren pentsamenduetan bizitzen dena eta ostalariaren gaineko kontrol osoa duena!

Beraz, lagun maitea, ideia sortzaileak garatzen lan egin. Lan fisikorik egiten ez duzunean, egin zerbait sortzailea zure buruan. Mantendu okupatuta, estresa eta antsietatea lantzeko denborarik ez izateko.

Pentsamendu sortzailea harrigarria eta zoragarria da, beste mundu batean bizitzea bezala. Denek landu beharko lukete gaitasun hau. Gutxitan pentsatzen dut nire hitzaldietako hitz bakar bat ere —eta hau

horietako bat da— eman aurretik. Baina gaian murgiltzen naizen bezain laster, nire arimak gauza miragarriez hitz egiten hasten zait. Sortzaileki pentsatzen duzunean, ez duzu gorputza edo emozio nahasiak sentitzen, une horietan jainkozko espirituarekin harmonian zaudelako.

Gure adimena gauza guztiak posible diren jainkozko adimen sortzailearen irudiak moldatzen du. Kontzientzia horretan bizi ez bagara, ezaugarri konplexuen multzo bihurtzen gara. Pentsamendu positiboaren eta sortzailearen bidez, ezaugarri horiek gainditzeko ditugu. Gainera, pentsamendu sortzailearen bidez, gure galdera guztien eta besteen galdera eta arazoen erantzunak eta irtenbideak aurkitzen ditugu.

Umore txarra minbizia bezalakoa da, barne bakea karraskatzen duena. Hain zuzen ere, horregatik umore gogorra dutenek ezin dituzte beren zailtasun eta arazoetatik ihes egin.

Pertsona baten egoerak edozein direla ere, ez luke etsipenaren menpe erori behar. Beren pentsamenduetan garaile izan daitezke. Umore aldakorra duen pertsona batek huts egiten duenean, eskuak altxatzen ditu eta porrota onartzen du. Baina bere gogoak osorik mantentzen duena da bizitzako borrokan benetako garailea, inguruko mundua sumendi bat bezala sutan egon arren.

Pertsona batek espetxeratuta edo libre egon nahi al du? Bere tenperamentuarekin gehiegi mugatzen duenean, bizitzako erronkei aurre egiten jarraitzeko gai ez da. Umore negatiboek beren gogoak lainotzen uzten dutenean, beren borondatea ahuldu egiten da eta beren erabakia ahuldu egiten da. Tenperamentuzko joerek garuna nahasmen eta

nahasmen laino batean estaltzen dute, epaiketa ona kaltetuz eta ahalegin guztiak alferrikakoak bihurtuz.

Norberak bere izaera gainditu dezake, gogorra eta desatsegina iruditu arren. Lehenik eta behin, erabaki behar du ez dela gehiago haserre eta haserre egongo. Eta, erabakia hartu arren, umore aldaketa bat gertatzen bada, aztertu egin beharko luke nola sartu den ulertzeko eta zerbait eraikitzailea egin.

Gainera, ez da ezer arduragabetasunez egin behar, baizik eta arreta handiz eta sakonki arretaz jarritz Jarduera sortzaileetan parte hartu behar dugu, Jainkoak potentzial mugagabeaz hornitu gaituelako Zer justifikazio dago pentsamendu ahultzaile eta osasungaitzetan murgilduz porrot psikologikoari amore emateko? Benetako aurrerapenaren gorpilen balazta gisa jokatzeko duten egoera psikologiko suntsitzaileetatik askatu behar da Gorpilak balazta gogorretatik askatzen ez badira, mugimendua eta aurrerapena ezinezkoak dira Gogoratu zeure buruari goizero Jainkoa zurekin dagoela, eta zure zailtasunak edozein direla ere, gainditzeko ahalmena duzula Izpiritu Gorenaren botereen oinordeko legitimoa zara, eta, beraz, zirkunstantziak baino indartsuagoa eta gertaerak baino handiagoa zara

Mutil argi eta adimentsu batek ez du gustuko arazo errazak konpontzea; zailak gozatzen ditu. Baina jende askok beldurra ematen dio bizitzako erronkei. Nik ez dut inoiz beldurrik izan, beti otoitz egin baitut: "Jainko maitea, handitu zure indarra nire baitan. Mantendu nazazu jarrera positiboan, zure laguntzarekin beti gainditu ahal izan ditzadan nire zailtasunak".

Pentsatu eraikitzaileki arazo bati buruz, gehiago pentsatu ezin duzun arte. Arazo bati aurre egiten diodanean, ahalik eta urrats gehien ematen ditut

konpontzeko, zintzotasunez eta zintzotasunez esan arte: "Nire onena egin dut eta hau da egin dezakedan guztia". Orduan, arazoa ahazten dut.

Arazoetan pentsatzen duen pertsona suminkor eta erraz asaldatzen da Saihestu hau Arazo bat sortzen denean, bertan zentratu beharrean, pentsatu konpontzeko modu guztietan Argi pentsatzeko gai ez bazara, alderatu zure kezkak beste batzuek dituzten antzeko arazoekin eta ikasi haien esperientzietatik porroterako bideak eta arrakastarako bideak identifikatzeko Aukeratu logikoenak eta errealistenak diruditen urratsak, eta konpromisoa hartu horiek ezartzeko Unibertsoaren liburutegi osoa zure baitan gordeta dago Jakin nahi duzun guztia dagoeneko hor dago Hau agerian uzteko, modu sortzaile eta berritzailean pentsatu besterik ez duzu egin behar

Umore gogorrak ulermenaren moteldu eta sentimenduak gogortu egiten ditu, pertsona batek besteekin ondo moldatzea ezinezkoa bihurtuz Etxeko bizitza santutegi bat izan beharko litzateke, baina umore gogorrak infernu tragiko bihurtzen du Senarra etxera iristen denean emaztea umore deprimituan aurkitzen du, harekin komunikatzea ezinezkoa bihurtuz Edo umore txarrean itzul daiteke, harekin arrazoitzea ezinezkoa bihurtuz Arazo asko gertatzen zaizkie jendeari umore gogorraren ondorioz Senide bat haserre bizian edo axolagabe dagoenean, berehala eragiten dizu haren umoreak Edo agian norbait pozik bisitatzen duzu, baina eztabaidan eta min egiten aurkitzen duzu, zure zoriona berehala negar bihurtuz eta mendekua hartu nahi izanaraziz Ez utzi besteen umoreak zuri kalte egiten

Erraza da mendekua bilatzea, baina maitasuna eskaintzea da besteen haserrearen baretzeko eta haien kaltea saihesteko modurik onena. Maitasun hori

purua izan behar da, bihotzetik sortzen denean efektu magikoa baitu.

Ez dugu ondorioetan pentsatu behar, nahiz eta gure maitasuna axolagabekeriaz topatzen den. Maitasuna gorrotoa baino indartsuagoa da, eta bere eragina indartsua eta harrigarria da.

Badakizu zure arimaren barruan lorategi bikain bat dagoela? Pentsamenduen lorategi zoragarri bat, maitasunez, adeitasunez, ulermenez eta bakez lurrintsua—lorategi bat, zeinaren edertasunak eta gozamenak lurreko lore eta belar usaintsu guztiak gainditzen dituen. Lore usaintsu bat sortzen duzu norbaitek haserre-bolada batean gaizki ulertzen zaituenean, eta etengabe maitasuna eskaintzen diozu. Ez al da maitasun eta ulermen horren usaina edozein arrosa natural baino iraunkorragoa eta puruagoa? Beraz, gogoratu beti zure gogoa lorategi bat dela, eta mantendu eder eta usaintsu pentsamendu sakratu eta garbiekin. Ez utzi gorrotoaren ezaugarri zitatez betetako zingira lokaztu bihurtzen. Bakearen eta maitasunaren loreak lantzen badituzu, zeruko usainez blai, kontzientzia espiritualaren erlea zure lorategira erakarriko da. Erleak ezti gozoena darioten loreak bakarrik bilatzen dituen bezala, Jainkoak ere bisitatuko zaitu zure bizitza pentsamendu gozo eta arrosaz betetzen denean. Erabaki ezazu ez duzula utziko gaizkiaren eta haserrearen belar kaltegarri eta ustelduak zure ezaugarri espiritual onen lorategian hazten. Zenbat eta gehiago landu lore loratuen antzeko ezaugarri sakratuak, orduan eta gehiago agertuko da Jainkoak bere presentzia santua zure baitan.

Ekialdeko jakinduria testuek diote lagunaren eta etsaiaren aurrean lasai eta lasai dagoen pertsona, beroaren eta hotzaren, plazerraren eta minaren

dualtasunak eraginik ez diona, oso maitea dela Jainkoarentzat. Maitasuna etengabe eskainiz izaera gogorra eta krudela dutenei, bakea beldurrez eta kezkez zamatuta daudenei, gozotasuna umore mingotsa dutenei, poza miseriaz eta zorigaitzez zamatuta daudenei, eta akatsen eta bekatuaren bideetatik doazenei eredia eman, ezaugarri negatiboak gainditzeko dituzu zure adimena helburu onuragarri eta sortzaileetan murgilduta mantenduz.

Askotan esaten dut: "Ordubetez irakurtzen baduzu, idatzi bi orduz; bi orduz idazten baduzu, pentsatu hiru orduz; hiru orduz pentsatzen baduzu, mediatu uneoro".

Jainkoa zoriontasun guztiaren iturria da, eta posible da Harengana iristea gure eguneroko bizitzan. Baina gizakia askotan zorigaiztokotasunera eramaten gaituzten gauzekin aritzen da. Meditazioa da ohitura txarrak kentzeko eta mundu zoragarri batean bizitzeko modurik onena: jakintzu handi hark konturatu zen munduaren antzekoa, hau esan zuenean: "Jauna, zure izen bedekatuaren abesten ari nintzen eta zure galdu nintzen. Kontzientzia honetara itzuli nintzenean, konturatu nintzen nire gorputz zaharra utzi nuela zure eman zenidan gorputz berri batean aurkitzeko!".

Antzeko istorio bat dago Indian beste santu bati buruz. Gazte bat hil berri zen eta bere gorpua sutara eramaten ari ziren. Doluminak ematen ari zirenak sua piztear zedenean, bat-batean agure bat agertu zen, korrika eta oihuka: "Gelditu! Ez piztu sua! Gorputz hori erabiliko dut!". Hitz hauek esan bezain laster, agurearen gorpua lurrera erori zen hilda, eta gaztea, berriz, su-pilatik altxatu eta basorantz abiatu zen presaka. Agure santu handia zen eta ez zuen bere gurtza eten nahi jaioberri baten gorputz bizigabea

bizira itzuliz, beraz, gaztearen gorpua erabiltzea erabaki zuen bere praktika espiritualak jarraitzeko.

Bizitzari eta heriotzari buruzko gauza harrigarri asko daude deskubritzeko zain. Meditazioa da gure jainkozko izaerarekin eta Jainkoarekin bat etorritz bizi behar dugun bidea. Heriotzak gizateria izutzen du, Jainkoa gure bizitzetatik kanpo mantendu duelako.

Gauza mingarri guztiek izua eta izua betetzen gaituzte, mundua maite dugulako bere esanahia eta helburua ulertu gabe Baina Jainkoa guztian ikusten dugunean, beldurra desagertzen da Beti "jaiotzen" gara bizitzan eta heriotzan ere Egia esan, heriotza izen okerra da, ez baitago heriotzarik Bizitza nekatzen denean, haragizko kapa lodia kendu eta mundu leun eta etereora itzultzen gara

Heriotzak amaiera esan nahi du Zati hautsiak dituen bagoi bat bagoi hila da, amaierara iritsi delako Baina arima hilezkorra ezin da hil Gauero, lo gauden bitartean, arima gorputz eterikoan bizi da, gorputz fisikoaz jabetu gabe Kontzientzia fisikoa galtzeak heriotza esan nahiko balu, arima hilko litzateke lo egiten dugunean Baina ez gara hiltzen lo egiten dugunean, ezta kontzientzia guztiz galtzen ere, esnatzean, gogoratzen baitugu gure loa baketsua edo deserosoa izan den Era berean, ez gara hiltzen heriotzaren ondoren

Beren gogoa zurruntzen uzten dutenak benetan hilda daude. Bizitzaren misterioa konpontzeko, egunero berriro jaio behar duzu. Horrek esan nahi du egunero ahalegintzea zeure burua nolabait hobetzeko. Batez ere, Jainkoari otoitz egin behar diogu jakinduria eman diezagun, jakinduriarekin batera dena baitator.

Ulermena, pentsamendu sortzailea eta ekintza eraikitzaile eta onuragarriak landu behar dira geure

burua hobetzeko eta besteei mesede egiteko. Jainkoaren Erreinuan sartu nahi duen orok egunero lagundu behar die besteei ahal duen guztian. Bide hau jarraituz, ezaugarri desiragarriak uxatzen dituen poz bizia biziko da. Poztasun hau aurrerapen mental, fisiko eta espiritualaren adierazle hutsegiterik gabekoa ere bada. Zalantzarik gabe, maila altuagoak lortuko dira, hau baita Jainkoaren Erreinura daraman bidea.

Ahalegin guztiak egin behar dira tenperamentua gainditzeko, zeren eta norberak deprimituta eta haserre sentitzen den bezain laster, akatsen haziak ereiten baititu norberaren lurzoruan.

Ohitura gaiztoetan murgiltzea heriotza mailakatua da. Baina egunero alai eta baikor sentitzen ahalegintzeak, proba kezkarri eta mingarri guztiak gorabehera, birsortze loriatsua esan nahi du. Giza birsortze hau birsortze espiritual sublime bihurtzen ez bada, ezinezkoa da pertsona bat berritzea; geldirik geratuko da.

Temperamentua kutsakorra da Eta kezka eta depresio garaietan, biztanleriaren zati handi bati eragin negatiboa izan diezaioke Ez litzateke bizitzako gertaera tamalgarriak serioegi hartu behar Hobe da pixka bat barre egitea atsekabetu eta bidean gerta daitekeen zorigaitz oro deitoratu baino

Zoragarria da baikorra izatea eta beti irribarre egiten saiatzea

Pertsona batek ausardia, poza edo beste edozein ezaugarri positibo erakusten duenean, berriro jaiotzen da, hau da, bere kontzientzia berritzen da bere benetako izaera espiritualak erakutsiz.

Eta horixe da Zeruko Erreinua ikusteko eta bertan sartzeko gaitzen gaituen jaiotza espiritual berria

Bakea izan bedi zurekin

Adiskidetasuna: Oinarriak eta Iraunkortasuna
Adiskidetasuna da Jainkoaren gizateriarekiko maitasuna
.erakusteko duen nahiaren adierazpen gorena
Jainkoak errukia eta samurtasuna ematen dizkio
jaioberriari aita eta amaren bidez. Haurrarekiko
sentimenduak jaiotzetikoak eta instinctiboak dira, Jainkoak
agindu baitu gure gurasoek ezin dutela saihestu gu
maitatzea. Adiskidetasuna, beraz, Jainkoaren gurekiko
maitasun baldintzagabearen adierazpen huts gisa iristen
.zaigu

Bi ezezagun elkartzen dira, eta berehalako eta
bihotzeko desio batekin, elkarri lagundu nahi diote. Aztertu
al duzu inoiz fenomeno hau? Laguntasunerako desio
espontaneo eta elkarrekiko hau zuzenean erakarpen lege
sakratutik dator. Iraganeko bizitzetako bi arimen arteko
elkarrekiko eta indartutako adiskidetasun ekintzek
pixkanaka lotura espiritual bat sortzen dute, eta horrek
bizitza honetan elkartzen ditu modu erresistigarrian, nonahi
.daudela ere

Bulkada hau berekoikeriaz eta kontrako sexuarekiko
erakarpenez zikinduta ez badago, purua eta zikinduta dago.
.Baina, zoritxarrez, askotan gogoeta ezpuruek zikintzen dute
Adiskidetasuna loratzen eta hazten da gure sentimendu
emozionalen zuhaitzean ihintz-lore bat bezala, eta zikintzen
da ustelak eta gorrotozko desirak eta portaera berekoi eta
.monopolistak direla eta

Zuhaitz baten sustraian ongarri mota desberdina
aplikatzen baduzu, fruitua eskasa eta atzeratua izango da.
Era berean, norbaitek adiskidetasunaren zuhaitza
sentimendu berekoiekin elikatzen duenean, haren motibo
duinek adiskidetasun horren fruituak desitxuratu eta
hondatzen dituzte. Norbaitengan interesa izatea aberatsa
edo eragingarria delako eta guretzat zerbait egin
dezakeelako besterik gabe, ezin da adiskidetasun deitu. Era

berean, norbaitengana bere aurpegi ederragatik erakartzea ez da adiskidetasuna. Aurpegi horrek bere xarma gazte eta liluragarria galtzen duenean, "adiskidetasuna" lurrundu eta .iraganeko kontua bihurtuko da

Egia da adiskidetasuna zaila dela nonahi aurkitzea.

Batzuk egunero ikusten dituzu eta ez dituzu inoiz benetan ezagutzen. Beste batzuk, berriz, intimotasunez ezagutzen dituzula sentitzen duzu, nahiz eta inoiz ezagutu ez dituzun.

.Barne intuizio zehatz hori ikasi eta landu behar da Begiak zabalik eduki zaudela ere, eta norbaitenganako benetako erakarpen emozionala sentitzen baduzu, pertsona horrekin duen adiskidetasuna sendotu beharko zenuke, .aurreko bizitza bateko zure laguna izan baitzen Iraganeko bizitzetatik ezagutu ditugun lagun asko daude, baina adiskidetasun horiek ez dira heldu edo ez dira beren potentzial osoa lortu Hobe da dauden oinarrien gainean eraikitzea, ezagun iragankorren hareatzean induskatzea baino Erraza da pentsatzea lagun asko dituzula, .mina edo kaltea eragin arte, etsipen mingotsa utziz Elkartu adimenagatik nabarmentzen diren pertsonekin,)

(eta aukeratu zure laguna moral onekoan artean Jende askok akatsa egiten du lagunak aukeratzean, itxura azalekoek engainatzen dituztelako. Benetako lagunak bereizteko modu bakarra hausnartzea eta Jainkoari eskatzea da, haiekin batzeko. Lagunak modu garbi eta santuan aurkitzen saiatu behar duzu. Horrek esan nahi du zure kontzientzia edertasun fisikoari edo besteekiko sentimenduak zehazten dituzten funtsezko faktoretzat jotzen dituzun beste edozein itxurari buruzko pentsamendu guztietatik garbitzea. Hori egiten baduzu, egunen batean, Jainkoaren graziaz, lagun zintzoak aurkituko dituzu zure inguruan, zauden lekuan zaudela, eta Jainkoak ere berriro elkartuko zaitu, espiritualki bada ere, urrun dauden lagunekin, sentimendu hutsak ez daudelako materiaren legeen menpe eta ez daudelako denbora eta espazioak

mugatuta. Jainkoaren maitasuna sentituko duzu giza
baliabide xume horien bidez, berari aurre egiten ez diotenak,
baizik eta bere maitasuna garbi eta garbi isurtzen uzten
dutenak. Bihotz garbikoengandik datoz adiskidetasun
santuaren bedeinkazioak zuregana eta haien argia zure
.gainean distiratzten dute

Ezinezkoa da benetako lagunak erakartzea norberaren
izaera berekoikeriaz eta ezaugarri desiragarriez garbitu
ezean. Adiskidetasunaren eta laguntasunaren arterik
handiena nobleziaz eta errespetuz jokatzeta da. Horrek esan
nahi du espirituala izatea, motibo eta asmoetan garbia,
altruista, ilusio eta engainuetatik libre, eta aspaldi ezarritako
oinarrien gainean adiskidetasunaren eraikin handia
.eraikitzen hastea

Zure bizitzaren izenean, bizitza osoan ez da ezer
Nire begiak pozten dira ados dagoen lagun batekin
Eta Jainkoarengatik ez duen maitasuna duen lagun oro
Ez dut konfiantzarik bere maitasunean
Adiskidetasuna eta maitasuna giza harreman guztietan
egon behar dira: gurasoen eta seme-alaben artean, senar-
emazteen artean, gizonen eta gizonen artean, emakumeen
eta emakumeen artean, eta gizonen eta emakumeen artean,
anai-arreben artean. Garbia eta mugarik eta baldintzarik
gabekoa da. Besteekin egoteko nahia sentitzen duzunean,
.sentitzen duzuna Jainkoaren presentzia da
Adiskidetasuna jainkozko motibazioa da. Jainkoak ez
ditu bere seme-alabak gurasoen eta senide batzuen bidez
bakarrik zaintzen; lagunak ere ematen dizkigu, gure
bihotzen sakonetik maitasun garbia eta zintzoa adierazteko
.aukerak emateko

Zenbat eta akats gutxiago eta zenbat eta bertute
gehiago izan pertsona batek, orduan eta lagun gehiago
izango ditu. Profetak eta pertsonaia handiak guztien lagunak
ziren, eta haien antzekoak izateko, gure maitasuna
.berekoikeriaren orbanetik garbitu behar dugu

Noiz konbentzitu ditzakegun besteak gure maitasunaz
Eta denboraren eta beste proba batzuen bidez ziur
bihurtzen garenean
Norbaitek benetan maite gaitu bihotz-bihotzez
Eta gauza bera sentitzen dugu pertsona horrenganako
Ez irabazi pertsonalerako, baizik eta adiskidetasunaren
taupadak sentitzeko besterik gabe
Jainkoaren isla ikusten dugu eta Jainkoaren presentzia
sentitzen dugu
Eta Jainkoaren ahotsa entzuten dugu adiskidetasun
bedeinkatu horretan
Ez dugu utzi behar gure maitasuna pertsona bakar
batera mugatzen, baizik eta maitasun sakratu honen
oinarriak sendotu behar ditugu ideal nobleak dituzten beste
.batzuengan
Jainkoak babes zaitzala asmo txarreko norbaitekin
adiskidetasuna eraikitzen saiatzen bazara, etsita geratuko
zara. Lehenik jende onarekin adiskidetu, eta gero
adiskidetasun sentimenduak besteengan zabaltzen jarraitu,
denekiko maitasuna sentitu eta "Denen laguna naiz" esan
.ahal izan arte
Profeta handiek besteekiko maitasuna sentitzen zuten,
beraz, ederki barkatzen zuten eta jendeari irainen
.barkamena eta mendekua ez hartzeko eskatzen zieten
Benetako adiskidetasuna maitasun sakratua da, zintzoa,
.purua, benetakoa eta iraunkorra delako
Filosofo espiritual batek ederki deskribatu zuen
:adiskidetasuna esan zuenean
Lagunekin egin dezakegun itun gorena hauxe da: Egia"
betiko izan bedi gure artean. Zein ederra den halako bati
buruz esatea: Ez da beharrezkoa berarekin elkartzea,
berarekin hitz egitea edo idaztea nire adiskidetasuna
frogatzeko, eta ez dugu oparirik bidali behar gure
adiskidetasuna berresteko eta elkar gogoratzeko,
berarengan konfiantza baitut eta berarengan konfiantza

baitut, neure buruarengan konfiantza dudan bezala, nonahi
."eta nonahi dagoela ere

Lagunekin libreki eta ireki hitz egin dezakegu gaizki
ulertu gabe. Baina adiskidetasuna ezin da hazi edo loratu,
batak besteari keinu, adierazpen edo eskaeraren bat egiten
.dion bitartean

Adiskidetasuna askatasunaren eta berdintasun
espiritualaren oinarrietan bakarrik eraiki daiteke. Beraz,
denak argi bedeinkatu horren arabera tratatu behar ditugu,
gizaki guztiak Jainkoaren irudira eginak direla aitortuz.
Norbait gaizki tratatzen baduzu, ez duzu inoiz haren
.adiskidetasunaren gozotasuna biziko

Asko dira bizitzako bideak lagunik gabe dabiltzanak,
ezin dut imajinatu nola jarraitu dezaketen beren bidaian
Benetako lagunak gutxitan ulertzen gaituzte gaizki. Eta
egiten badute, denbora gutxirako bakarrik da. Norbaitek
zure konfiantza eta leialtasuna traizionatzen baditu, jarraitu
zure maitasuna eta ulermena ematen, ezer gertatu ez balitz
bezala, besteengandik ulermena eta maitasuna jasotzea
.espero duzun bezala

Baina pertsona horrek zureganako mespretxua eta
gorrotoa adierazten duen moduan jokatzeko jarraitzen badu,
eta luzatutako adiskidetasunaren eskua jotzen jarraitzen
badu, hobe da eskua kentzea, bere jokabidea zuzendu eta
.adiskidetasunaren ohorea merezi izan arte

Adiskidetasuna etxean hasi behar da. Zurekin bereziki
bateragarria den familiako norbait aurkitzen baduzu, lehenik
lotura hori lantzen saiatu. Ondoren, balio berdinak
partekatzen dituen ezagunen batenganako erakarpena
.sentitzen baduzu, saiatu adiskidetasun hori sendotzen
Lagunen arteko desira berekoi eta sentimendu lizun
guztiak ezabatu behar dira. Jende onarekin harreman
adiskidetsuak sendotu behar dira. Zenbat eta gehiago
hausnartu, orduan eta gehiago ezagutuko dituzu zure
iraganeko lagunak. Hausnarketak zure iragan urrunean

ezagutu eta maite zenituen lagunak oroitzapen lozorrotuak
.esnatzen ditu

Ikuspegi espiritual batean lehen aldiz ikusi eta gero
ezagutu nituen pertsona asko daude

Adiskidetasuna indar kosmiko handia da.

Adiskidetasunerako duzun nahia handia denean, eta zurekin
espiritualki sintonian dagoen ezezagun bat egon arren, Hego

Poloan ere, adiskidetasunaren magnetismoak nolabait
.elkarrengandik hurbilago jarriko zaituzte

Berekoikeriak bakarrik du gure baitako batasunaren
.iman hori suntsitzeko ahalmena

Bere buruaz bakarrik pentsatzen duenak
adiskidetasunaren oinarriak ahultzen ditu eta haren balio
.sakratuak zapuzten ditu

Jende hauek ez dira gai lagunak erakartzeko, ez direlako
gai beren ikuspegia zabaltzeko eta bizitzaren bedeinkapenak
bereganatzen. Jainkoak familia batekin bedeinkatu zaitu,
lagun, lehenik besteak maitatzen ikas dezazun eta gero
.maitasun bera guztiei zabal dezazun

Maite ditugunak heriotzaren eta beste zirkunstantzien
bidez kentzen zaizkigu, giza harremanetan jendea maitatzen
ez ezik, maitasuna bera maitatzen ere ikas dezagun: Jainkoa
den maitasun hori, giza maskara guztien atzean dagoena.

Eta jainkozko maitasunarekin, denak maitatu ahal izango
.ditugu Unibertsoaren Jaunaren adierazpen desberdin gisa
Adiskidetasunak gure maitasuna interes propiorik gabe
inbertitzea esan nahi du Ezkontzan, sexu-betebeharra dago,
eta familia-bizitzan, heredatutako sena daude. Baina
adiskidetasunean, ez dago betebeharrik edo konpultsiorik,
ez dago inolako koakzio edo beharkerirako lekurik. Aitzitik,
bihotzetik sortzen den maitasun espontaneo da eta ez dago
baldintzapean, leialtasun-baldintza izan ezik, eta hori gabe
adiskidetasunak ezin du iraun. Baldintza hau bi lagunak
!erantzukizuna da, bi behar baitira tangoa dantzatzeko

Eman diezaio gun maitasuna guztiei. Otoitz egin
dezagun iraganeko lagunekin elkartu gaitezen eta haiekin
dugun adiskidetasuna sendotu dezagun, azkenean
.Jainkoaren adiskidetasuna ulertu eta merezi izan dezagun
Jainkoaren seme-alabak maitasun eta harmonia espiritu
batekin maite ez baditugu, ezingo dugu gizateriaren
.Jaunaren maitasuna sentitu
Ez dut ezezagunik ezagutzen Eta zer zorion eta poza
!handia
Nire etsaitzat hartzen duen norbaitek ere ezin dit
gorroto dudala sentiarazi
Esnatze hori iristen denean, denen maitasuna sentitzen
duzu
Jainkoaren izakiekiko sentitzen duzun maitasuna ez da
inoiz betiko hiltzen, baizik eta hazten eta handitzen da,
lagunen maitasunean zeruko Jainkoaren bihotzetik datorren
.jainkozko maitasuna sentitu arte
Bakea zuekin, gure lagun maiteak
Memoriaren garapena

**Gizakiak izaki bakarrak dira memoriaren
gaitasunari esker, eta horrek bereizten ditu gainerako
izaki guztietatik. Arima orok bere jatorri jainkotiarra
modu espontaneoan bilatu nahi du, bere iturri
sakratuaren oroitzapen inkontzientearen bidez.
Horrek azaltzen du unibertsoko guztiaren
pixkanakako bilakaera. Jainkozko planaren arabera,
arima orok, giza gorputza eskuratzean —garun eta
nerbio-sistema garatua barne—, azkenean
jainkotiarrarekiko duen batasun esentziala
kontzienteki gogoratzeko bitartekoak ditu.**

**Memoria gure esperientziak mentalki gogoratzeko
dugun gaitasuna da; hori gabe, bizitzaren ulermena
ahaztuko genuke eta egunero berriro hasi beharko**

genuke, haur txikiek bezala. Burua galdu duen pertsona batek, eta ondorioz, memoria galdu duenak, haur baten antzera jokatzeko du.

Ez du baliorik edo garrantzirik azterketak egiteak gogoratu eta berriro bizi ezin baditugu. Gure pentsamenduak, sentimenduak eta motibazioak aztertuz eta gure iraganeko ekintzak aztertuz ikasten dugu. Pertsona baten balioa eta garrantzia memoria sendo batean datza.

«Sami», adibidez, goizero esnatzean Sami dela gogoratzen du, eta gogoratu, bere bizitzako esperientziak Sami izenarekin lotzen ditu.

Iraganeko esperientzia bat gogoratu nahi dugunean, edo berriro behar dugunean, gure subkontzientearen bidez berreskura dezakegu. Aurretik zer egin dugun edo zer gertatu zaigun gogoratu, lehenago ikasi edo praktikatutako dugun trebetasun bat eskatzen duen edozein zeregin burutu dezakegu. Egoeraren arabera, zer egin behar dugun eta zer saihestu behar dugun bereiz dezakegu.

Subkontzientearen etengabe erre dago, pertsona baten egunean zeharreko esperientzia guztiak erregistratzen ditu eta bere lana jarraitzen du lo dagoen bitartean ere, gorputza gaueko zaindari bat bezala zaintzen du. Esnatzean, pertsonak beti daki bere loa baketsua eta atsedengarria izan den ala ez. Subkontzientearen memoriaren boterea beti erre eta bedeinkatu den jainkoaren kontzientziaren gaitasunetako bat da.

Kontzientzia horren hazia arima guztietan landatzen da, arimak, berez, ulertzen baitu betiko bizi dela Jainkoarengan. Memoria betikotasunaren hazia da; zaintzen eta garatzen badugu, bizitza honetako gertaera guztiak eta gure iraganeko bizitzetakoak ere gogoratu ditzakegu.

Gizaki gisa, bizitza honetan izan ditugun proba guztiak gogoratu ditzakegu. Beraz, zergatik ezin ditugu gogoratu gure arimak izan dituen proba espiritual guztiak?

Memoriak bi izaera ditu: giza memoria, bizitza honetako esperientzia guztiak gogoratzen dituen, eta memoria sakratua, arimaren esperientziak bere enkarnazio guztietan gogoratzen dituen. Jende gehienak giza memoria baino ez du ezagutzen.

Baina zergatik dago gure oroimen sakratua lozorroan eta geldirik, lo sakon batean galduta?

Batzuek esperientzia sorta zabala gogoratzeko gaitasuna dute: gizatiarrak eta espiritualak. Beste batzuek ezin dituzte argi gogoratu beren azken esperientziak ere.

Memoriak mailak eta graduak ditu adimenaren ulermen-ahalmenaren arabera. Hezkuntza, arreta mentala, hausnarketa eta esperientzia gogoangarri guztiak ezinbestekoak dira memoria ona garatzeko. Memoria garatu gabe, pertsona batek ezin du ulermen aberats eta osoa lortu. Norbaitek azterketa bat egin eta gero ahazten badu, azterketa horren balioa eta garrantzia galtzen ditu.

Gure memoriaren kalitatea hobetuz, indartu dezakegu dena gogoratzeko punturaino, gure jatorri zerutiarra barne. Eta gure memoria sakratua esnatuz —gure iraganeko enkarnazioen esperientzia guztiak gogoratu ahal izateko, baita gure izaera espiritual hilezkorra ere—, hilezkortasuna lortzen dugu.

Jarrera egokia eta ariketa fisiko egokiak onuragarriak dira memoria-indarra garatzeko. Aro honetan, eskuzko lana makinek ordezkatu duten hainbat lan eta bizitzako alderditan, jendea sedentario bihurtu da eta ariketa erregularra egiteko behar larria du. Horregatik, ariketa egiteko modu

automatizatuak garatu dira etxeetan eta eraikinetan erabiltzeko.

Ariketa fisikoa egiterakoan, ezinbestekoa da energia bizian zentratzea onura handienak lortzeko. Ez da nahikoa muskuluak luzatu eta tenkatzea; zure gorputzari indarra eta bizitasuna ematen dion bizi-indarra esnatu eta bideratu behar duzu.

Badira garunarentzat onuragarriak diren elikagai batzuk, beste batzuk giharrentzat eta nerbioentzat, eta beste batzuk garapen fisikorako eta gorputzeko hainbat organo eta atalen mantentzerako. Memoria hobetzeko, garunaren ahalmena areagotzen duten elikagaiak kontsumitu behar dira. Adibidez, oheratu aurretik intxaur eta almendra xehatuak lima edo laranja zuku tanta batzuekin nahastuta jateak memoria hobetu dezake.

Yogiek ere diote esnea eta gazta garuna indartzen duten elikagaiak direla. Nekea eta antsietatea dagoenean, limoi bat edo biren zukua ur edalontzi batean edan behar dela iradokitzen dute, burua ur hotzarekin garbitu eta lokietan, bekainen artean, sudurzuloetan eta belarrietan bota. Ondorioz, nerbioak erlaxatu, adimena baretu eta memoria ona esnatzen da.

Saihestu behar da gantz asko duten elikagaien gehiegizko kontsumoa, horrek gantz-gordailuak sortu eta garuneko gainazaleko odol-hodietan pilatu baitezake.

Indiako espiritualistek diote txerria eta behia kaltegarriak direla gizakien osasunerako. Bi haragi mota hauek azido uriko maila altua dute. Gainera, bai txerriak bai behiak memoria txarra dutela esaten da. Haragia kontsumitzeak, diotenez, norberaren gaitasun fisikoak eta mentalak hobetu ditzake.

Memoria praktikaren bidez hobetu daiteke Jaiotzetik fisikoki ahula den gizon bat ezin dela inoiz indartsu bihurtu esatea okerra da Beti daude aukerak eta potentziala gauza handiak lortzeko bizitzako alderdi guztietan

Bide zuzena eta bide zuzena bilatzen jakin behar dugu

Mediku batzuek diote buruko desgaitasun hereditarioa duen pertsona batek bizitza osorako horrela jarraituko duela. Hala ere, frogatu da buruko urritasun asko gainditu daitezkeela kontzentrazio ariketen bidez. Mendebaldean, arlo honetako ikerketa mugatua izan da, eta, beraz, psikologo askok ez dituzte mendeetan zehar Indiako yogi handiek irakatsi zituzten kontzentrazio sakoneko metodoak ezagutzen.

Kontzentrazioa garatzeko metodo zuzenak ezezagunak dira jende gehienarentzat Gaitasun mentalak dagoeneko badaude, baina garatu gabe daude Norberaren gaitasun mentalak eta harkortasuna lantzeak arazo larriak dakartza Gorputzak bezala, garunak ariketa egokia behar du osasunerako, jarduerarako eta bizitasunerako

Beraz, memoria ona garatzeko, ariketa fisikoa, janari osasungarriak jatea eta pentsamendu positibo sendoa behar dira.

Saiatu gauza zehatzak gogoratzen eta mentalki bisualizatu. Begiratu zerbaiti, eszena bati edo ikuspegi eder bati, eta gero saiatu irudi hori zure buruan birsortzen. Abesti eta ereserki melodiak gogoratzen saiatzeak, eta mentalki abesteak, memoria garatzen ere laguntzen du.

Kontzientzia sakon eta arretaz egindako edozerk memoria hobetuko du

Poesiak eta musikak emozio-kalitate paregabea dute Guztiok erraz gogoratzen ditugu gure bizitzako atsekabe sakonenak eta poz handienak Zergatik? Esperientzia horien atzean zegoen sentimendua bizia zelako Intentsitatez sentitzen den edozerk memoria indartzen du Gainera, poemak konposatzea eta batuketa eta kenketa bezalako ariketa mentalak ere metodo bikainak dira memoria eta arreta mentala garatzeko.

Memoria-ahalmena hobetzeko, dena arreta mental sakonarekin egin behar da. Jende gehienak bere zereginak burutik kanpo egiten ditu, eta horrek alde handia sortzen du ekintzen eta pentsamenduen artean. Horregatik ez dute ezer oso ondo gogoratzen. Pertsona batek zerbait gogoratu nahi badu, kontzientzia osoz egin behar du.

Jainkoa maite dutenentzat, beren betebeharrak betetzen dituzten bitartean pentsatzeak ez die eragozten aldi berean Jainkoaz pentsatzea. Hala ere, meditazioan, Jainkoaz bakarrik pentsatu behar da. Kontuan izan behar da memoria indartzen dela eta ulertzeko gaitasuna zabaltzen dela meditazioaren bidez.

Zer da meditazioa? Espiritu unibertsalarekin bat egitea da, giza muga guztiak gaindituz, eta gizakia espiritua dela gogoratzen ahalegintzea, ez gorputza. Meditatzailleak bere burua arima hilezkorrekin konektatzeko ahalegin mental kontzientea hasten duenean, bizitza bakarrean bizi den gorputzarekin lotu beharrean, bere iraganeko bizitzako esperientzia asko gogoratuko ditu eta, azkenean, Jainkoaren bihotzetik sortu zela gogoratuko du.

Jainkoarengan dago giza bizitza guztiaren eta norbanako ororen bizitzaren oroimena. Norberaren ni espiritualarekin harmonian dagoenean, iraganeko

aroak eta jainkozko ni hilezinaren ahaztutako botereak berriro azaleratuko dira bere kontzientzian. Meditazioak esan nahi du norbera ez dela gorputz hilkor bat, arima hilezko bat baizik: Jainkoarekin bat.

Egunez gizaki mugatu gisa pentsatzen dugu geure burua, baina gauez, lo sakon eta ametsik gabekoan, gure giza egoera ahazten dugu.

Meditazioaren bidez, gure ahalegin propioaz, ihes egin dezakegu, aldi baterako bada ere, lurreko atxikimenduetatik. Kontzientzia fisikoa utzi eta jainkozko espirituak garela gogoratu dezakegu. Praktika honetan irauten dutenak beren buruaren jaun eta benetako gida bihurtzen dira.

Jainkoak memoria eman zigun, gauza on eta noble guztiak sortu eta gogoratu ahal izateko. Memoriaren gehiegikeriak kalte izugarria eragiten dio gizateriari.

Iraganeko min baten ondorioz beste pertsona batenganako erresumina eta gorrotoa gordetzen duen norbait bere memoria gaizki erabiltzen ari da. Hala ere, ez dago ezer txarrik esperientzia tristeak gogoratzea haietatik ikasteko. Horrela, pertsona batek bere iraganeko ekintzak aztertzen ditu eta ondorio mingarri eta mingarriak ekarri zituzten akats berdinak errepikatzea saihesten du.

Ez dira pentsamendu faltsuak berriro gogoratu behar, Jainkoak memoria eman zigun denbora gehiagoz iraungo baitute gogoan, bizitzako ikasgaiak eta esperientzia positiboak bizirik mantentzeko. Iraganeko pentsamendu faltsuak uxatu egin behar dira gogoratzea saihestuz. Gogora sartzen badira, ez diegu harrera egin edo ongi etorria eman behar.

Berriz ere errepikatzen dugu: esperientzia txarrak gogoratzea eta berriro gogoratzea Jainkoak eman digun oroitzapena gaizki erabiltzea da. Horren ordeztu, norberak erabaki beharko luke bere oroitzapena

pentsamendu positiboetarako eta esperientzia nobleetarako soilik erabiltzea, eta oroitzapen desatsegin eta gorrotagarri guztiak burutik uxatzea.

Ona, osasungarria, ona eta onuragarria den guztia ikusi, entzun, dastatu, ukitu, sentitu eta desiratu behar dugu, eta esperientzia eta proba zorientsuak gure memoriaren kutxan gorde behar ditugu.

Emozio onak sentitzen dituen, pentsamendu nobleak pentsatzen dituen eta naturan ona bakarrik ikusten duen pertsona bat, eta jendeak gauza onak bakarrik gogoratuko ditu.

Memoria opari sakratu gisa eman digute, gauza onak gogoratzen praktikatu ahal izateko, azkenean ongi handiena gogoratu arte: Jainkoa

Dena den ontasuna eta zuzentasuna behatzen ditugun heinean, egunen batean ikusiko dugu jainkozko botere ezkutuak pentsamendu, sentsazio eta sentimenduen irekidura txiki guztiak hautsi eta sakabanatuko dituela, zeinetatik sorkuntzan jainkozko edertasunaren eta harmoniaren distirak baino ez genituen ikusten, eta kontzientzia espiritualaren leihotik ontasun osoa eta perfekzio absolutua ikusiko ditugula.

Jainkoari eskatzen diogu memoria sakratuaren betikougarra esnatzen eta berpizten laguntzeko, ahanzturaren eta arduragabekeriaren iluntasuna erre arte, gogora dezagun Jainkoaren espirituarekin eta haren maitasun unibertsalarekin bat egin gurea eta gurea.

**Goizean Jainkoa gogoratzen baduzu
Eguerdian eta arratsaldean
Energiaz eta alai sentituko zara**

**Arrano bat bezala hegan egin
zeruan**

**Zure denbora erosotasunez igaroko
duzu**

**Eta usain bat bezala eramaten da
airean**

**Sortzaileagan duzun konfiantza da
armarik zorrotzena**

**Arma zaitez ziurtasunez eta
itxaropenez**

**Jainkoa bilatzen baduzu,
zuzentasunaren iturria**

**Aberastu egiten da, ez, aberatsen
artean aberatsena bihurtzen da
Frogatutako egitate bat.**

Paramhansa Yogananda maisua

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

**Ez baztertu nire hitzak eszeptizismoz metodoa
zeuen kabuz probatu aurretik. Baliteke zuen
bizitzekin zerikusirik ez duten teoria ugari entzuteaz
nazkatuta egotea. Esaten ari naizena ez da teoria bat,
frogatutako egitate bat baizik, eta benetan zer
probatu daitekeen ideia bat ematen saiatuko naiz.**

**Duela urte asko zortea izan nuen egia zientifiko
hau Indiako jakintsu handienetako batengandik
ikasteko. Galdetuko diozu zeure buruari zergatik
animatzen zaitudan eta zergatik erakartzen zaitudan
arreta datu hauetara. Ba al dut motibo berekoirik?
Nire erantzuna ezezkoa da. Nahi dudan guztia egia
hauek aurkeztea da, trukean poztasun hutsa jasotzea
espero dut, praktikatuz eta haien zoriona biziz
zoriona aurkitzen laguntzeagatik.**

Orain fisiologiaren alderdi batzuetara jo behar dut gutxienez prozesuaren ulermen orokorra lortzeko. Zentro edo ardatz nagusien funtzionamenduari eta garunetik —zentro horietatik— kanpoko eta barneko zentzumen-organoetara doan korronte elektrikoari buruz hitz egingo dut, bizirik eta dinamiko mantenduz.

Sei gune nagusi daude, zeinen bidez bizi-korrontea edo bizi-elekttrizitatea nerbio-sistema osora transmititzen den. Gune hauek dira:

1 Medulla Zentroa

2 Zerbikaleko Zentroa

3 Dorsal Zentroa

4. Gerrialdeko Zentroa

5 Sakral Zentroa

6 Kokzigeo Zentroa

Garuna banatzaile elektriko gorena da (goi-zentroa), eta zentro guztiak elkarren artean konektatuta daude eta zentro gorenaren (garuneko zelulen) eraginpean funtzionatzen dute. Garuneko zelulek bizi-korrontea (edo elekttrizitatea) bidaltzen dute zentro edo orno-axoi horien bidez, eta hauek, aldi berean, beren karga elektrikoa nerbio aferente eta transmisoreetara isurtzen dute, eta hauek zentzumen-bulkaden eta ukimen- eta ikusmen-sentsazioen funtzioak hartzen dituzte, etab.

Garunak igortzen duen korronte elektriko hau gorputz fisikoaren (barneko eta kanpoko organoak barne) bizi-odola da. Bide elektriko honen bidez,

informazio sentsozialak garunera transmititzen dira, pentsamenduen prozesamendua abiaraziz.

Arimak gorputzeko sentrazioen txosten kezkagarrien fluxua (pentsamendu-begizta elkarri lotuta daudenak sortzen laguntzen dutenak) gelditu nahi badu, korrante elektrikoa kontrolatu eta bere fluxua alderantzikatu behar du nerbio-sistema osotik zazpi zentro nagusietara (garuna barne), horrela kanpoko eta barneko organoei atsedena osoa eman ahal izateko.

Loaldian, garunaren eta zentzumen-organoen arteko konexio elektrikoak partzialki eten egiten dira, entzumena eta ukimena bezalako sentrazio normalak garunera iristea eragotziz. Etenaldi hau osatu gabea denez, edozein kanpoko estimulu nahikoa indartsuk konexio elektriko hau berrezarri dezake, estimulua garunera iristeko eta pertsona esnatzeko aukera emanez. Hala ere, loaldian, korrante elektriko jarraitu bat igarotzen da barneko organoetara —bihotzera, biriketara eta beste batzuetara—, bizirik eta funtzionatzen mantenduz.

Loaldian gorputzaren jarduera elektrikoa ez dagoenez guztiz kontrolatuta, ondoeza, gaixotasuna eta kanpoko estimulu indartsuak bezalako sentrazio fisikoek lo egiten duen pertsona asalatu dezakete. Hala ere, metodo zientifiko sendo bat erabiliz, aldi berean eta erabat kontrola ditzakegu barneko eta kanpoko gorputz-funtzioak; hau da praktikaren gailurra. Baina kontrol osoa lortzeko, urte askotako praktika dedikatua behar izan daiteke.

Loaren ondoren kanpoko organoak freskatzen diren bezala, gorputzarentzat atsedena dena, barneko organoak ere asko freskatzen dira metodo

zientifiko hau praktikatzearen ondorioz, eta haien indarra handitzen da, eta horrek bizitza luzatzen laguntzen du.

Loaren beldur ez garen bezala, gure zentzumenak lozorroan eta funtzionatzeko gai ez izan ez daitezzen, ez dugu zalantzarik izan behar heriotza kontzientea praktikatzeke, hau da, gure barne-organoei atsedena emateko. Orduan, heriotza gure kontrolpean egongo da, etxe fisiko hau hondatuta eta bizitzeko modukoa ez dela ikusten dugunean, borondatez eta kontzientzia osoz utzi ahal izateko. "Garaitzen den azken etsaia heriotza da".

Metodo hau adibide honekin ilustra dezakegu:

Hiri bateko telefono-zentral nagusia hiriko hainbat tokitara kableatuta badago, toki horietako deitzaileek etengabe konekta daitezke zentralera kableetatik igarotzen den korrante elektrikoaren bidez, zentroaren kudeaketa edo kontrola edozein dela ere. Hala ere, telefono-zentral nagusiak zentro desberdinak deskonektatu nahi baditu, etengailu elektriko nagusia itzali dezake, eta horrela hiriko hainbat tokitara elektrizitate-fluxua eten.

Era berean, metodo zientifikoak beharrezko prozesua eskaintzen digu gure gorputzean zehar banatutako bizi-korrontea gure eskualde zentraletara, hau da, bizkarrezurra eta garuna, eramateko. Metodoak bizkarrezurra eta garuna magnetizatuz funtzionatzen du, eta horietan daude zazpi energia-zentro nagusiak. Ondorioz, gorputzean zehar banatutako bizi-indarra erakarri eta bizkarrezurratik garunera transmititzen da. Garunera iristean, argi gisa sentitu eta bizitzen dugu. Egoera honetan, ni

espiritualak distrakzio fisiko eta mentaletatik askatu dezake bere burua.

Ni espirituala bi "jende" klasetatik datozen telefono-deiek —bere borondatearen aurka— asaldatzen dute: goi-mailako bat (pentsamenduak) eta behe-mailako bat (sentsazio fisikoak). Bi klase hauekin loturak hausteko, telefono-kableetatik doan elektrizitatea bateria zentralera eraman behar du etengailu elektrikoa itzaliz (hau da, meditazioa praktikatzuz), bakea eta askatasuna gozatu ahal izateko.

Arreta energiaren zuzendari eta banatzaile nagusia da, garunetik nerbio sentsorial eta motorretara ezinbesteko korrante elektrikoa transmititzeaz arduratzen dena. Adibidez, euli gogaikarri bat uxatzen dugunean, arretaren indarra erabiltzen dugu korrante elektriko bat nerbio motorretara bidaltzeko, eta horrek nahi den esku mugimendua eragiten du. Hau aipatzen dut arretaren indarraren ideia bat emateko, zeinaren bidez gorputzeko korrante elektrikoa kontrolatu eta aipatutako zentroetara bideratu daitekeen.

Hemen korrante bioelektrikoaren kontrol osoari jarraitzen dioten egoerak deskribatu nahi nituzke. Hasieran, pertsonak sentsazio oso erakargarria sentitzen du bizkarrezurraren magnetizazioagatik. Hala ere, praktika jarraitu eta luzeak zoriontasun kontziente egoera bat ekarriko du, gorputz-kontzientziaren kitzikapena ezeztatzen duena.

Zoriontasun egoera hau gure azken helburu eta behar unibertsal gisa deskribatu dugu, bertan Jainkoaren edo zoriontasunaren benetako kontzientzia bizitzen baitugu eta gure kontzientziaren

hedapena sentitzen baitugu. Zenbat eta egoera hau gehiago bizi, orduan eta gehiago gutxitu eta desegiten da gure indibidualtasuna (gure ni txikia edo egoa), eta orduan eta azkarrago hurbiltzen gara kontzientzia kosmikora eta Jainkoarekin lotura estua eta zuzena lortzen dugu.

Erlijioa, egia esan, gure norbanakoen suntsipena baino ez da gure kontzientzia kosmikoaren barruan. Beraz, zoriontasun egoera honetan, fedearen eskailera igotzen dugu, zentzumenen atmosfera itogarria eta pentsamenduaren nahasmena atzean utzita, eta jainkozko zoriontasunaren eremuetan sartuz.

Metodo honen bidez egia kosmikoak konturatzen gara, eta egoera bedeinkatu hau erreala bihurtzen denean - praktika jarraituaren bidez - etengabe aurkitzen dugu geure burua gure baitan dagoen Jaun bedeinkatuaren presentzian, eta gure betebeharrak modu hobean betetzen ditugu lanaren fruituei begiratu gabe, beraz, betebeharrez arduratzen gara gehiago gure buruaz (egoaz) eta ego horrek sortzen dituen plazer eta min sentsazioez baino.

Erlijio guztien irakaspenetan —kristautasunean, islaman eta hinduismoan— oinarritzko egia bat dago: pertsona batek bere esentzia espiritu gisa aitortzen ez badu —zoriontasunaren iturria—, pentsamendu mugatuari lotuta eta naturaren lege irmo eta barkaezinaren menpe jarraituko du. Bere benetako izaera ezagutzeak betiko askatasuna dakar. Ezin dugu Jainkoa ezagutu geure burua ezagutu gabe, gure izaeraren esentzia haren antzekoa baita. Gizakiak Jainkoaren irudian sortu ziren. Benetako meditazio zientifikoaren praktika arduratsu eta zintzoaren

bidez, zeure burua ezagutuko duzu —hau da, espiritu bedeinkatua zarela konturatuko zara— eta Jainkoa ezagutuko duzu.

Meditazio espiritualaren metodoek Jainkoa ezagutzeko beharrezko baliabide guztiak hartzen dituzte barne. Ez dute erlijio eta sinesmenen arteko desberdintasunetan arreta jartzen, desberdintasun horietako batzuek nahasmena sortzen baitute jendearen pentsamenduan.

Meditazio zientifikoaren nagusitasuna beste metodoekiko gure buru mugatuarekin lotzen gaituen gauza berarekin duen lotura estuan eta ekintza zuzenean datza: bizi-energia. Energia hori birbideratu beharrean, hau da, barrurantz bideratu eta espirituaren hedapen eta hedapen ahalmenetan integratu beharrean, kanporantz isurtzen da, gorputza eta adimena etengabeko mugimenduan mantenduz, eta buru espiritualari asaldurak eraginez sentazio fisikoen eta pentsamendu iheskorren moduan.

Bizi-energia kanporantz doanez, sentazioek eta pentsamenduek arima garbi eta lasaiaren irudia distortsionatzen dute. Metodo honek bizi-energia barrurantz nola zuzendu irakasten digu. Beraz, metodo zuzena eta berehalakoa da, zuzenean arimaren kontzientziara eramaten gaituena: Jainkoaren kontzientzia bedeinkatura, beste inolako bitartekorik behar izan gabe.

Metodo honek bizitza-energiaren fluxua doitzea eta zuzentzea du helburu, bizitza-energiarekin berarekin zuzenean lotutako adierazpen ezagunetako bat doitzen eta erregulatzen baitu.

Aipatzekoa da munduko erlijio-bide guztiek gomendatzen dutela bizi-energiaren fluxua kontrolatzeko eta bere norabidea alderantzikatzeko metodo zuzena edo zeharkakoa erabiltzea, iradokizuna edo esplizitua, gorputza eta adimena gainditu eta arima ezagutzeko, bere izaeraren funtsa eta bere funtsaren izaera ezagutuz.

Gizaki batengan bizitzaren presentzia biziraupena da, eta haren gabezia suntsipena. Beraz, bizitza zuzenean kontrolatzera gidatzen duen metodoa da metodorik onena.

Belaunaldi eta herrialde ezberdinetako jakintsuek bizi ziren pertsonen gogo eta egoeretara egokitzen ziren metodoak gomendatu dituzte. Batzuek otoitza azpimarratzen zuten, beste batzuek sentimenduak, beste batzuek ekintzak, beste batzuek maitasuna eta beste batzuek arrazoia edo pentsamendua eta hausnarketa. Baina haien motibazioak berdinak ziren.

Guztiek baieztatu zuten kontzientzia fisikoa gainditzearen beharra, bizi-energiaren fluxua alderantzizkatuz, barrurantz isur dadin. Autoezagutzaren beharra eta beloen atzetik agertzearen beharra ere baieztatu zuten, eguzkiaren irudia ur bare eta geldietan argi eta garbi agertzen den bezala. Guztiek azpimarratu zuten meditazio-metodoaren baliozkotasuna eta eraginkortasuna, beste bitartekaririk behar izan gabe.

Kontuan izan behar da, halaber, metodo hau praktikatzeak ez duela indar mental edo fisikoen garapena oztopatzen, ez baita oztopo bat gizateriari zerbitzatzeko dedikatzen diren sentimendu delikatu eta finduenek eta motibo nobleenek zuzendutako gizarte-jarduera onuragarrietarako.

Izan ere, norbanakoaren garapen holistikoa defendatzen eta gomendatzen dugu, garapen horrek bide honen praktika errazten baitu, oztopatu beharrean. Baldintza bakarra bidea ulertzea eta arduraz praktikatzea da, eta ekintza eta asmo guztiak bilatzailearen interesekoak izango dira orduan.

Metodo honen funtsezko puntua giza gorputza eusten duen eta bizia eta energetikoa mantentzen duen bizi-energiaren ulermen zuzena da.

Sendatzeko baieztapen laburrak

Jauna, zure argi bedeinkatua erlijio guztietako profeta, santu eta jakintsuengandik distiratzten da, eta baita nigandik ere. Argi santu hau nire gorputzeko zelula eta ehun guztietan dago, eta zure graziari esker osasuntsu eta ondo nago.

O jarduera kosmiko kontzientea

Bizirik zaude nire baitan!

Jainkoaren botereak elikagai solidoak, likidoak eta gaseosoak energia bizian eraldatzen ditu

Nire gorputza laguntzeko

Jauna, nire gorputzeko zelulak argiz eginda daude

Zure esentziakoa da, perfekzioaren espiritua zarelako

Seguru dago orduan, sendabidearen iturria zarelako

Bere funtsa espiritua da, eta zu zara espiritua unibertso zabalean

Eta betikoa da, existentziaren jatorria zarelako

Betikotasunaren esanahia zarelako

Berrituta, indartsu eta energetiko sentitzen naiz

Zure jarduera bizitzaz gainezka dago

Eta nire gorputza horren bidez isurtzen ari da

Espirituaren sendatzeko boterea

Argi bat sortu ninduten

Jainkoaren esentzia hutsetik

Beti osasuntsu sentitzen naiz

Nire baitan dagoelako

Bere indarra hor dago

Gorputzeko atal guztietan.

Urdaila sendoa da, bere argia daukalako

Gaixotasun guztien sendatzailea!

**Badakit ziur nago gaixotasun guztiak, beren
forma desberdinetan, honako hauek eragiten
dituztela:**

**Osasun-arauak ez betetzeari dagokionez,
gaixotasuna janari osasuntsuarekin ezabatuko dut.**

Ariketa egokia, pentsamendu ona eta asmo onak

**Jauna, zure argia nire gorputzeko atomo guztietan
dago**

Nire zelula guztietan

Odol-zelula guztietan,

Eta nire gorputzeko nerbio guztiak

Nire garunean eta ehunetan

Beraz, osasun onean eta ongizate onean nago

**Nigan bizi zarelako, eta sendatzeko indarra
zarelako**

**Jainkoaren argiak eta ongizateak nire gaitz
fisikoen txoko ilunak zeharkatzen dituzte**

**Bere sendatzeko argia nire gorputzeko zelula
guztietan distiratzten da**

Beraz, soinua da, bere argia daukalako

Era berean, bere perfekzioa

Pentsamenduaren indarrari arreta berezia jarritz

Uste dut eta badakit nire jarduera hasten ari dela

Garunetik gorputzera.

Argi-zipriztina aurrera doa

Nire ehunen sustraietatik

Eta nire garunetik isurtzen da

Zeluletara eta nerbioetara

Eta hasten dituen paragrafoetan

Sendatzeko boterearen fluxua

Bizkarrezurretik.

Apar edo spray gisa

Gorputzeko zelulak elikatzeke.

Ongizate hutsa!

Jauna, gurtzen zaitut

Dena onetan.

Eta zure zuzentasuna ikusten dut

Idea distiratsu guztietan

Zure botere absolutua gaitz guztien sendabidea

**Nire baitan dago, beraz, ez naiz nekatuta
sentitzen**

Zure sendatzeko argia distira dezala

Ezjakintasun sakonaren iluntasunetik

**Argia dagoen lekuan, perfekzioa eta garbitasuna
daude**

Sentimenduan, borondatean eta pentsamenduan

**Zuzendu nire sentimenduak, orduan, nire
borondatearekin eta pentsamenduekin batera**

**Horrela, gidaritza jakinduriaz eta epaiketa sendoz
jarraitu ahal izango dut**

Egunero bilatuko dut arimaren poza nire baitan

Ez plazeren bidez.

**Jainkoak nire pentsamenduak zaintzen ditu eta
gidatzen ditu**

Segurtasunaren mundua eta bakearen etorkizuna

Beldur guztietatik garbituko dut nire gogoa

Jainkoak laguntzen eta gidatzen nauela jakitea

Nire bidea errazten du

Eta gauzak errazten dizkit

Egoera eta arlo guztietan

**Jainkoarengan dudan konfiantza osoa da
sendabidea**

Eta onura eta sendabidea ditut horretatik

Bakea izan bedi zurekin

Jakinduria eta ikuspegi espiritualak
Norberaren nagusi izan behar da eta horren arabera
jokatu, ez errutinak eta kapritxoek bultzatuta, baizik eta
.borondate askeak eta jakinduriak bultzatuta

Gizakiaren eskubidea eta gaitasuna da bere paradisua
sortzea eta gozatzea, horretarako baliabide guztiak baititu,
Jainkoak bere gogoia Harengana bideratzeko eta hura
.ezagutzeko gaitasuna eman baitio

Bizitzako gauzarik onena zure kontzientzia garbi eta
baketsuaren gotorlekuan bizitzea da

Jainkoarengan arreta jarritz eta bihotzetik otoitz eginez,
.haren presentzia bedeinkatua bizi daiteke

* * *

:enfasia

Jainkoaren argiak betetzen nau eta distira egiten dit,
gaixotasun guztiak desagerraraziz eta osasuna eta ongizatea
emanez. Bere jainkozko argia nire gorputzeko zelula

guztietan distira egiten du, eta beraz, nire gorputza
.osasuntsu dago eta ni ondo nago

* * *

Zure jatorri zerutiarra gogoratzen duzun egun horretan,
zure kontzientzia Espirituaren etxe jainkotiar handian
.berpiztuko da

Badirudi giza adimena eta borondatea ezjakintasunaren
lur azpian lurperatuta daudela. Jakinduriaren urrea [arimaren
meategitik] atera, urtu eta tresna psikologiko zorrotzetan
moldatu ezean, ezinezkoa da giza kontzientziaren lorategian
hazten ari den gaizkiaren landarea moztu eta
.desagerraraztea

Mendi dotore eta bikainak, giza gorputzaren mekanika
miragarriak, arrosa eta lore fresko eta biziak, belarrez
osatutako alfonbra berdea, arima nobleen handitasuna eta
pentsamendu finduen sublimetasuna
Eta maitasunaren sakontasunak, honek guztiak Jainkoa
gogorarazten digu, noblezia, handitasun eta edertasun
.guztien iturria dena

* * *

Adimena fokatzea da pertsona baten barneko botere
latentea esnatzeko eta aktibatzeko gakoa. Fokatzeak
pentsamendua puntu bakarrean kontzentratzea esan nahi
du. Porrot askoren kausa nagusia foku falta da. Arreta
linterna batekin konpara daiteke; bere izpia eremu zabal
batean zehar hedatzen denean, bere intentsitatea ahuldu
egiten da. Baina izpi hori indartsu eta argi bihurtzen da
puntu zehatz batean fokatzen denean. Adimen bereziak
dituztenak oso fokatuta daude, beren energia mental guztia
.gauza bakarrean kontzentratzeko gaitasuna baitute

* * *

Benetako maitasuna —bihotzaren eta arimaren
maitasuna— jainkozko maitasuna da. Jainkozko maitasun
.honek gizateriaren bihotzen eta arimen bidez agertu nahi du

Ozeanoaren gainazalean hain urrun daude olatuak, ezen
inoiz ez baitira kostaldean hausten, eta isiltasunaren
santutegian badira bihotzak adierazteko sakonegiak diren
.pentsamenduak

Ulermena gogo lasai baten eta kontzientzia garbi baten
arteko oreka da

Ondo lan egiteko artea barne bakea galdu gabe poliki
.edo azkar lan egiteko gai izatean datza

Ezin dugu ez dakigunik ikasi, beste zerbaitekin alderatu
ezean. Horrela, Jainkoak gizateriari jainkozko maitasuna
irakasten dio giza maitasunaren bitarteko perfektuaren
.bidez

Zuzendu beti zure arretaren iparrorratza poz
espiritualaren iparralde magnetikorantz, eta orduan inork
.ezingo du zure oreka asalatu

Sendotu zure fedea Jainkoarengan eta fidatu zaitez zu
sortu zaituenak zure beharretara egokituko dela eta
.babestuko zaituela

Zuzen ibiltzen denak Jainkoa maite du eta Jainkoak
maitatua da, oihan naturalean edo zibilizazio modernoaren

oihanean lan egiten duen kontuan hartu gabe, arazoak, zailtasunak, probak eta atsekabeak bietan baitaude. Lehenengoak piztia basatiak ditu, eta bigarrenak, berriz, beldurrak ez dira gutxiago basatiak, desira neurrigabeen eta grina amorratuen aurkako borroka bortitz batean agertzen direnak. Pertsona batek bere grinak bere borondatearen menpe jartzen dituenengan bakarrik dastatzen du benetako .zoriona

Batzuetan lagun bat bisitan datorrela senti dezakezu, nahiz eta haren bisitaren zantzurik ez egon. Ez dizute esan etorriko direnik, baina ikusiko dituzulako sentsazio sendoa duzu, eta gero, arratsaldea heltzen denean, atea jotzen dizute! Edo batzuetan egun osoan zerbait ona edo txarra gertatzear dagoela sentitzen duzu, eta gertatzen denean, harrituta geratzen zara zure intuizioa zuzena zela ikustean. Hauek dira intuizioaren (barne zentzumenaren) adibide batzuk eta nola funtzionatzen duen frogak eta arrastoetatik .independenteki

Jainkoak arima, adimena eta gorputza eman dizkigu, eta dohain hauek modu harmoniatsu eta orekatuan landu behar ditugu. Ez dugu utzi behar geure burua ingurunearen esklabo edo ohituren preso bihurtzen. Espiritualki garatuta dauden gurasoek munduari lagun diezaiokeste seme-alabak joera espiritualekin haziz eta hausnarketa eta autodiziplinaz .ezaugarritutako bizimodu moderatu bat eramanez

Zure baitan pizten den pentsamendu noble orok Jainkoarengana hurbiltzen zaitu. Pentsamendu hauek jainkozko espirituaren itsasora isurtzen den ibai baten .antzekoak dira

Egunero esker oneko eguna izan beharko litzateke
bizitzak eguzkitik, uretatik eta barazki eta fruta onetatik
datozen bedeinkapenengatik, Emaile Handienaren
.zeharkako opariak baitira

Maitasun hutsak, jainkozko maitasunak, gizakiaren eta
bere Sortzailearen arteko oztopoak kentzen ditu

Lagunarteko harremanak hondatu eta pertsonen arteko
maitasuna desagertzen da posesibotasunaren,
berekoikeriaren, familia-harreman mekanikoen, sexu-
obsesioaren, atxikimendu materialen, eztanda emozionalen
eta truke utilitarioen elementu pozoitsuengatik, lotura
laburren ondoren bat-bateko gorrotoa baitator, giza
maitasunaren heriotza eraginez. Baina gizaki ororen
bihotzean betiereko maitasun jainkotiar bat dago, denbora
batez lozorroan egon daitekeena, baina inoiz ez dena
.benetan hiltzen

Zure bihotzeko lurzoruan, maitasunaren haziak hazten
dira. Hazi hazi horiek eta ureztatu errukiaz eta maitasun
.OSOZ

Jainkoa maitasuna da, eta maitasunak Jainkoarekin
batzen gaitu. Jainkoa maitatu nahi badugu, ez dugu gure
maitasuna isolatu edo mugatu behar, baizik eta jainkozko
.maitasunarekin lotu

Unibertsoko botere eta dena jainkozko gogoaren
produktua da, amets batean ikusten dituzun gauzak zure
.gogoak egiten dituen bezala

Gaizki egitea saihesteko modu bakarra gaizki egitea
antzemateko eta ez egiteko erabakia hartzeko irizpide ona
.garatzea da

Gaizki batek beste baten aurka borrokatzeak ez du
zuzen bat sortzen. Ezjakintasuna da gizateriaren benetako
.etsaia eta mundu honetatik erbesteratu behar da

Mundu honetan behar dugun guztia dugu oparotasun,
zoriontasun eta justizia perfektuaren aro bat hasteko.

Oztopo bakarra gizakiaren berekoikeria da, eta horrek
ezinezko egiten du hau. Sufrimendu izugarria eta bidegabea
gizakiaren gutizia eta norberekoikeriak eragiten dute,
besteak kontuan hartu gabe. Behartsuak elikatzeko eta
janzteko erabil litekeen dirua, horren orde, suntsipen eta
.hondamendirako erabiltzen da

Mundu mailako arazoen erroa ezjakintasunetik sortutako
berekoikeria hau da. Denek uste dute gauza zuzena egiten
ari direla, baina beren helburu pertsonalak bakarrik bilatzen
dituztenean, kausa-efektuaren lege karmikoa martxan
jartzen dute, eta horrek, saihestezina den bezala, beren
.zoriontasuna eta besteena suntsituko ditu

Zenbat eta gehiago ikusten ditudan gizakiaren
ezjakintasunak eragindako munduko tragediak, orduan eta
gehiago konturatzen naiz zoriontasuna laburragoa dela,
kaleak urrez zolatuta egon arren. Benetako zoriontasuna
besteak zoriontsu egitean datza. Denek hau egingo balute,
denak izango lirateke zoriontsu, eta denek jasoko lukete
.lurraren oparotasunaren zati bat

Bere zeruko poz eta gozamen infinituen jainkozko
kontzientzia makila magiko baten antzekoa da, bizitza

material arruntaren metal merkea berehala zoriontasun
.espiritual iraunkorreko urre distiratsu bihurtzen duena

Adiskidetasuna jainkozko maitasunaren loturarekin
.arimak batzen dituen erakarpen espiritual unibertsala da

* * *

arimaren aterkia edo arimaren lasaitasuna
Kezka erretzen direnean beroa galtzen dutenean
Lasaitasuna agertzen da, bakea eta lasaitasuna ekarriz
Bizitzaren txaluparen masta zuria da
Zoriontasun iraunkorraren haizeaz beteta dago,
zirrarak gabe
Beraz, astiro-astiro bultzatzen du txalupa Al-Rida
lakuaren gainazalean zehar
Lasaitasuna poztasunaren ibaia da
Lasaitasunaren itsasorantz astiro-astiro isurtzen
Kezka uhinetatik isolatuta
.Arimaren aterkia da
Gizakiaren gogoaren eta bihotzaren gainetik hedatzen
Bere bizitzako pozak babesteko, txikiak zein handiak
Beldurraren eta antsietatearen eurietatik
.Zeruko tonua da
Bizitzaren liratik irteten
.Gatz santua da
.Bizitzaren mahaian
Eta lorpenen ur-jauzietatik hegan dabiltzan zipriztinak
Giro zoragarria eta lasaia da
Arimaren erreinua zeinaren bidez gobernatzen den
Harmonian eta akordioan
Lasaitasuna ez da soilik atsedenleku isolatuetan
Ez dago iskanbila eta zaratatik ihesbiderik ere

Aitzitik, bihotzek ongiatorria ematen dioten lekura dator
Eta arimek erosotasuna aurkitzen duten lekuan geratzen

da

Leku eta denbora edozein dela ere
Lore hauskor eta delikatua da
Ezin ditu ukitu zakarrak jasan
Aitzitik, bizi, loratu eta loratzen da
Ur garbi eta freskoarekin ureztatzen bada
Lasaitasuna sentimenduen aintzira geldi bat da
Tristuraren zimurretatik libre
Beldurraren malkoak isurtzen dituen
Antsietate eta larritasun zantzurik txikienagatik
Arima lasaiaren orrialdea estaltzen denean
:Elur zuri puru eta distiratsu geruza bat
Lasaitasunaren eta bakearen elurra
Beldurraren ekaitzak eta kez karen urakanak ez dira
nagusituko

Bakea eta lasaitasuna nahasten
Geruza gogor eta distiratsu honen azpian
Distira bedeinkatu eta distiratsu honetarako

* * *

Jainkozko Maitasunaren Gaztelua
Gorrotoaren oskolak zure inguruan erortzen direnean
Hartu babesleku maitasunaren gotorlekuan
Eta gaizki-ulertuen bonbardaketak jarraitzen badute
Gotortu zaitez maitasunaren leizeetan
Errukiaren eta sinpatiaren ganberen azpian
Eta engainuaren lurrin pozoitsuak saiatzeko
Zure jakinduriaren bizitza itotzeko
Jarri maitasun hutsezko maskara bat zure inguruan
Jainkozko maitasunaren gotorlekua babesleku segurua

da

Obsesio eta tentazioen armaden erasoetatik

Zulatu leialtasun eta irmotasun lubaki bat
Bete ezazu maitasunaren urez
Egoismoak ezin dezan zeharkatu igerian
Zure arimaren jakinduria suntsitzeko

* * *

Meditatzen dutenek barne-bake zoragarria sentitzen
dute. Meditazioan ikasten duguna gure eguneroko
jardueretan eta elkarrizketetan aplikatu behar dugu, eta ez
diogu inork utzi behar gure bakea lapurtzen edo gure
.lasaitasuna asaldatzen
Pentsamendu inpartziala ispilu garbi eta leundu baten
antzekoa da, epaiketa bizkorrek astintzen ez dutena eta
.egonkorra
Jainkozko maitasuna zeruko arrosen eta albahaken
lorategia da, eta pentsamendu distiratsu eta freskoena.
Bihotz zintzoetan taupadaka ari den maitasun puru guztiaren
.iturria da

Ahalik eta sinpleena izan zaitez eta harrituta geratuko
zara zure bizitza zein zoriontsu eta konplikatu gabea
.bihurtuko den ikusita

Benetako familiaren zoriontasuna ulermenean eta hitz
onetan oinarritzen da

Murgiltze hausnarkor sakonarekin, esnatzearen
egunsenti berri bat piztuko da. Dena estaltzen duen isiltasun
eta misterio lainoa desagerrarazi eta desagertuko da
esnatze espiritualaren argiaren eta Jainkoaren irrika gero eta
.handiagoaren aurrean
Besteekiko harremanetan, oso garrantzitsua da beren
esperientzietatik atera eta izatetik moldatu dituzten

ezaugarri bereizgarriak eta kalitate nobleak aitortzea, eta
.ezaugarri horiek baloratzea
Jendea adimen irekiarekin aztertzen badugu, gai izango
gara haiekin ulertzeko eta eroso tratatzeko, eta berehala
.jakin ahal izango dugu zein den gure pertsonaren izaera
Ez hitz egin filosofo batekin zaldi lasterketei buruz, ezta
eztabaidatu zientzialari batekin etxeko lanari buruz ere. Jakin
ezazu zerk interesatzen dion pertsonari eta zerk erakartzen
duen haren arreta, eta hitz egin horri buruz, ez nahitaez zuri
.interesatzen zaizkizun gauzei buruz

Besteak ulertu nahi baditugu, kritikatzeari eta
gaitzesteari utzi behar diogu. Horren ordeaz, gure
bereizketaren ispiluan begiratu beharko genuke konpondu
eta hobetu behar dena ikusteko. Barne-ispilu hau oso
desberdina da goizero begiratzen dugun ohiko ispilutik.
Egunero, barne-ispilu honetan begiratzen dut, eta gustuko ez
dudan zerbait aurkitzen badut, neure buruari errieta egiten
diot eta zuzentzen saiatzen naiz. Horrela, norberak bere
benetako isla ikusten du bere arimaren ispiluan eta egunez
egun aurrera egiten du zoriontasun eta barne-bakearen
.bidean

* * *

Jauna, nire bihotz-taupadak baino gertuago zaude
niregandik, eta zure presentzia sentitzen dut nire
.kontzientziaren mugan

Pertsona batek ozeanoko olatuetan denbora gehiegi
jartzen duenean, ozeanoan bertan zentratzea ahazten du.
Era berean, pertsona batek bere bizitzako olatu txikian
zentratzen denean eta guztiz atxikitzen zaionean, arimaren
ozeano handiagoa ahazten du, zeinaren bizitza bere
.bihotzaren zabalera zabalean uhin bat besterik ez den

Leku ezberdinetan jarritako lanpara elektrikoak sorgailu
elektriko bakar batek pizten dituen bezala, gizakien lanparak
ere sorgailu kosmiko bakar batek pizten ditu, adimenak
adimenetara ponpatzen dituen eta gorputzak energia
.bizidunarekin kargatzen dituen

Ur tanta bakoitzak ozeanoaren existentzian laguntzen
du Eta norbanako baten bizitza gizateriaren ozeanoan tanta
txiki bat besterik ez dela iruditu arren, bizitza horren eragina
.oso garrantzitsua izan daiteke eta ez da gutxietsi behar

ozeanoko olatu bortitzak
Eguzki-sistemako zurrunbiloak
eta indar kosmikoen korronteak
eta espazioan flotatzen ari diren planetak
Itsaso erdian dauden izotz mendiak bezala
Denak dantzan ari dira betiko mugimenduaren
bularrean

Ama samurtasunez eta maitasunez betea jainkozko
errukiaren sinboloa da
Jainkoak bere samurtasuna loreetan erakusten du
Eraiki zeure baitan edertasun eta bake tenplu bat, non
.Jainkoa zure arimaren santutegian aurki dezakezun
Gure harreman harmoniatsu guztietan, gogoratu behar
dugu Jainkoaren maitasuna maitasunez eta harmoniaz
.taupadaka dabilen bihotz on bakoitzaren atzean dagoela

* * *

Bizitza lur zakarrean lozorroan dago, loreetan
edertasuna amesten du, animalietan indartsu esnatzen da
eta gizakiaren kontzientzian bere potentzial mugagabea
.gauzatzen du

Jainkoaren existentziari eta hurbiltasunari buruzko
zalantzarik gabe sartzen da bilatzaileak unibertso osoa
jainkozko sorkuntzaren adierazpen bat dela ikusten

duenean. Dena ikusezinetik sortzen da, denbora labur batez
geratzen da lur honetan, eta gero ikusezin egoerara itzultzen
.da bere lurreko bizitza amaitzean
Unibertso harrigarri honetako atomo bakoitzean,
Jainkoak etengabe mirariak eta mirariak sortzen ari da
Garaipena beti egiaren eta bertutearena izango da
azkenean, zenbat denbora behar izan arren
Ez utzi sufrimenduak eta galerak zure erabakia ahultzen
eta zure espiritua zapaltzen. Egunen batean espirituaren
erreinuan sartuko zara eta deskribapenik eta itxaropenik
gabeko poza biziko duzu. Minaren bidez, besteekin
enpatizatzen, haien sentimenduak ulertzen eta ahal dugun
.guztia egiten ikasi behar dugu haiei laguntzeko
Mundu fisikoko guztiak mugimendua, aldaketa eta
ezegonkortasuna erakusten ditu, baina Jainkoaren izaera
.lasaitasuna, lasaitasuna eta gelditasuna da
Zintzotasun sakona ezinbesteko baldintza da bide
espiritualean, bihotzaren garbitasunean eta asmoen
.argitasunean arimaren egunsentia jaiotzen baita
Bizitzaren lorategietan, pozik mugitzen naiz zuhaitzez
zuhaitz, eta azkenean, Jauna, ni ongi etorria ematen didan
.zure esku luzatuan lurreratuko naiz

* * *

:Norberaren garapena
Pertsona batek bere bizitza antolatu eta giza adimenek
sortutako libururik onenak irakurri beharko lituzke, denbora
ausazko irakurketa alferrikakoetan galdu beharrean, eta
bizitzan berarentzat egokia den lana aurkitu eta bere lana
.modu eraginkor eta efizientean egiten saiatu
Jende askok ahalegin handia egiten du hainbat arlotan
arrakasta gutxirekin. Beren burua garatu nahi dutenek ezin
dute gauza askori buruzko guztia ulertu, baina denari buruz
.pixka bat jakin dezakete, eta gauza bati buruz dena jakin

Ezagutza ozeano zabala da, eta jakinduria espiritual
mugagabea. Lurra unibertsoko puntu txiki bat den arren,
.erraldoia da gure begietan
Hala ere, giza aurrerapenari esker, gure mundua gero
eta txikiagoa da garraibide eta [komunikazio] modernoei
esker, eta laster beste planeta batzuetara bidaiatzea
!pentsatzen hasiko gara
Oreka mantendu behar da. Bizitza materiala alde batera
uzten dutenak, alderdi espiritualean bakarrik zentratuz,
.oreka mentala galtzearekin zigortzen dira
Betebehar materialak garrantzi handikoak dira eta
gizarte-, nazio- eta nazioarteko betebeharrekin lotuta daude.
Betebehar intelektuala betebehar materialaren gainetik
dago, eta betebehar espiritual eta moralei lehentasuna
eman behar zaie. Adimena askatu behar da pertsona gai
.materialekin gehiegi kezkatzen duten ohitura txikietatik
Askatu zure jenioaren eta botere ezkutuen iturriak, eta
irribarre egin barne-poztasunaren irribarre horrekin, inork
.kendu ezin dizuna
Mundu hau bi indarrek gidatzen dute: ongiaren indarra
eta gaizkiaren indarra. Ongia gidari eta tutore gisa hartzen
duenak egun onak eta bizitza zoriontsua izango ditu, eta
gaizkiari bere bidea zuzentzen eta bere bulkadak
kontrolatzen uzten dionak sufrimendua eta miseria izango
.ditu bere patu gisa
Jende gehienarentzat hitz gakoa "ni" da, baina pertsona
.espiritualek besteak beren burua bezala pentsatzen dute
Beren buruan bakarrik pentsatzen dutenek besteen
etsaitasuna eta etsaitasuna ekartzen dituzte beren gain, eta
besteengan pentsatzen dutenek eta haien sentimenduak
sentitzen dituztenek, berriz, besteek ere haietan pentsatzen
.eta haiekin enpatia izaten dutela ikusten dute
Norberaren aurkako irain bat da jaio, bizi eta hiltzea
gizaki gisa mundu honetara ekarri izanaren arrazoia jakin
.gabe

Norberaren Sortzailea ahazteak existentziaren helburua
ez konturatzea esan nahi du, Harengan pentsatzeak eta
haren presentzia zinez sentitu nahi izateak, berriz, irabazi
.eta bedeinkapen espiritual asko ekartzen ditu denborarekin
Ondasun materialak eta aberastasuna eskuratzeak ez
du bermerik ematen depresioaren eta atsekabearen aurkako
eguna. Iritsiko da pertsona bat babesgabe eta indargabe
sentituko den eguna, patuaren eskuetan jostailu bat bezala;
orduan konturatuko da Jainkoa bakarrik dela bere laguntza,
.babesa eta aterpe segurua

Ikuskizun zoragarri edo izaki arraro batek harritzen
zaituen bakoitzean, itxi begiak, barrura begiratu eta
.hausnartu haren iturri jainkotiarra

Gizakiak sorkuntzaren atzean ezkutatuta dagoen
jainkozko fabrikatik ateratzen diren produktu trinkoak baino
ez ditu ikusten, eta fabrika bertan sartu ahal izango balitz,
ikusiko luke zein modu harrigarrian sortzen den mundu
.honetako guztia

* * *

Zuregana jo nuen

Goizero nire gorputza, nire adimena eta daukadan
gaitasun guztiak eskaintzen dizkizut, Sortzaile Infinituari,
nahi duzun moduan erabiltzeko, nire bidez zeure burua
.adieraz dezazun

Zure irrika isilaren doinuek nire bihotz-taupadak
abestuko dituzte

Badakit lan guztia zure lana dela eta ez dagoela lan zail
edo xumerik, zerbitzu atsegin batekin eskaintzen bazaizu
.behintzat

Termino espiritualetan, Zure presentzia ezagutzea
eskatzen dizut. Zu zara izaki guztien jatorria eta funtsa. Utzi

nazazu nire izatearen atomo bakoitzean ikusten eta
.sentitzen dudan pentsamendu guztietan
Jauna, zuzendu gure poz-jarioak, epe laburreko plazer
.sentsualen hondarretan gal ez daitezen
Gure errukiaren erreka txikiak ez daitezela lehortu
berekoikeriaren basamortu desolatuetan
Utzi gure emozioen kanal bakarti eta isolatuak zure
maitasunaren aintzira mugagabearekin nahasten
Zabaldut daitezela gure bizitzako ibai estuak Zure
bedeinkapenen euri ugariekin, apaltasunaren,
autosakrifizioaren eta besteen sentimenduekiko
kontsiderazioaren lautada zabal eta zabalak zeharka
ditzaten, azkenean, garbitasun osoz, Zure ozeano handira
.sartu daitezen
Jainkozko kontzientzia, bere zeruko zoriontasunarekin,
lurreko bizitza desatseginaren berun trinkoa berehala
eraldatzen duen alkimia magikoa da, etengabe berritzen ari
.den zoriontasunaren urre distiratsu bihurtzen duena
Pentsamendu nahasien lokatza baretzen hasten denean,
Jainkoaren boterea kontzientziaren ur garbi eta garbietan
.islatzen hasten da

* * *

Ahots betierekoak ahots leun eta baxuan hitz egin
:zidan, esanez
Zure loaldi guztietan belarrira xuxurlatu dizut: 'Esnatu!'"
Eta orain loaldia utzi duzu; esaten dizut: Esnatu zure anaiak.
."Lan egin nirekin, guztiek entzun dezaten nire hitza
:Beraz, hitzeman nuen, esanez
Ahal dudan guztia egingo dut zure deia zabaltzeko eta"
zure mezua zabaltzeko, eta nire lurreko forma uzten
dudanean, zure ahots guztia mailegatuko dut bihotz
:harmoniatsuei xuxurlatzeko
Entzun bere jainkozko ereserki espiritualak, beti deika
.ari baitzaizu

Nire anai-arreba amaigabe guztien zain egongo naiz;
autoezagutzaren helburu bedeinkaturantz poliki-poliki
prozesio luze-luze batean doazen bitartean, eta
:(Betikotasunetik xuxurlatzen direnak) bidez xuxurlatuko diet
Esnatu zaitezte, anaiak, eta jarraitu diezaiogun"
etengabe deitzen gaituen haren ahotsari, eta itzul gaitezen
"elkarrekin zeruko etxera
Jainkoaren izena xuxurlatu behar dugu gure bihotzetan
irrika eta jainkozko maitasunaren arrosarioan, eta horixe da
.Jainkoaren bihotza ukitzen duen benetako gurtza
Jainkoaren izena bihotz hotz eta buru galdu batekin
ahoskatzea blasfemia eta errespetu falta da. Otoitz egiten
duenean, bihotza eta burua Jainkoaren maitasunez beteta
.egon behar dira

* * *

Munduaren xarmari bizkarra ematea eta munduko
desirak ukatzea ez da egoera negatiboa, positiboa baizik.
Zoritxarra uztea baino ez da, eta miseria amore ematea
.baino ez

Aszetismoa ez da sakrifizio bide gisa hartu behar.

Aitzitik, inbertsio bedeinkatua da, non autodiziplinan
gastatzen ditugun kopuru urriek milioika dolar espiritual
emango baitituzte. Ez al da zentzuzkoa gure egun
laburretako urrezko txanponak gastatzea betiko
?zoriontasunaren erreinua erosteko
Jainkoaren sorkuntzaren mirariak begiratzen ditugunean
barruan pizten eta irabiatzen zaigun sentimendu puru eta
sakon horretan murgildu behar dugu. Hau da Jainkoa
.edertasunaren lentearen bidez ezagutzeko bidea
Ekintza onak egiten dituenak, imitazioaren bidez bada
ere, ontasunaren usain freskagarri eta erakargarria
arnasteko aukera du , eta horrek gehiago egitera motibatzen
du. Baina besteen imitazioan nahita egintza gaiztoak egiten
dituena, nahitaez, gaizkiaren usain desatsegin eta
.nazkagarriekin lotuko da

* * *

Inork ez du zure nortasun bera Inork ez du zure aurpegi
bera Inork ez du zure espiritu bera Jainkoak modu bakarrean
sortu zintuen, eta inor ez da zure antzekoa

Pertsona batek irakurtzen duen materialetik esentzia
atera eta material horretatik onura praktikoa lortu behar du
Bakearen produktua bizitzako esperientzia-lantegietan
.fabrikatu daiteke eguneroko bizitzan erabiltzeko
Bakea da gaitz psikologiko guztien sendabidea.

Autokontrola dutenak, bai jatean, bai portaeran, bai
ezkontza-harremanetan, eta zintzoak, fidagarriak eta
.aurrezleak direnak dira benetako bakeaz gozatzen dutenak
Bakea Jainkoaren legeekin eta unibertsoaren legeekin
harmonian aurki daiteke. Jainkoa maite dutenek,
lasaitasunaz gozatzen dutenek, ongia egiteaz pozten direnek
eta harengan pentsatzen eta meditatzen dutenek aurkitzen
.dute bakea

Sentimendu femenino samurrez betetako ama jainkozko
errukiaren sinboloa da
Jainkozko bakearen eta barneko lorpen espiritualen
lorpena eguneroko meditazioaren fruitu naturala da eta
munduko altxorrak eta aberastasunak baino zoriontasun
.sakonagoa eta sakonagoa da

Ez dago jainkozko presentzia baino gozoagorik edo
atseginagorik. Egia hau konturatzen zarenean, zoriontsuen
artean zoriontsuena eta aberatsen artean aberatsena izango
zara. Aberastasun materiala hemen, lur honetan, bakarrik
erabil daiteke; ezin da hurrengo munduan erabili. Baina
jainkozko zoriontasunaren urrea, kontenplazioaren
meategietatik aterata, metal bedeinkatu eta etengabe
berritzen dena da, bi munduetan onuragarria eta betiko
.iraungitzezina

* * *

Arimaren esnatzean, koloreak distiratsuagoak bihurtzen
dira, soinuak erresonantzia gozoagoa du, sentsazioa finagoa

da, arimak bere hedadura sentitzen du espazioan, adimena
besteengandik datozen bibrazioez jabetzen da eta bizitzaz
.gozatzeko gaitasuna handitzen da

* * *

Jendeak bizitzako gauza batzuk uztearen ideiaz
kexatzen da, baina, egia esan, gauza baliotsu askori uzten
diete, besteak beste, lasaitasunari. Batzuetan diruagatik
sakrifikatzen dira, hau da, iheskorra eta galkorra.
Aberastasuna kendu diezaiokegu pertsona bati, edo kendu
ere egin dakioke, mundu hau uzten duenean eta ezin
duenean berarekin eraman. Diruaren benetako balioa
onuragarriak diren ahaleginetan gastatzean eta norberari
eta besteei zoriona ekartzean datza, Jainkoa eta norberaren
.kontzientzia atsegin dituen moduan
Mundua ekaitz natural eta humanoz gainezka dago, eta
Jainkoa da babesleku sendoa eta babesleku segurua mundu
.honetako ekaitz, urakan eta gaitzetatik
Jainkoa dagoen lekuan, ez dago beldurrik edo
atsekaberik. Benetako sinestuna irmo eta harro dago
bizitzaren borrokan eta gertaeren arteko borrokan, Jainkoa
berarekin dagoela ziur, kalteetatik babesten duela eta une
batez ere ez duela abandonatzen. Horrela, beldurra
desagertzen da bere bihotzetik eta ziurtasuna nagusitzen da,
.inposatu ezin daitekeen babesa

* * *

:Bere erantzuna nahi baduzu
.Erantzun zuen ala ez
Jarraitu berari deika
Jarrai ezazu zure erreguak etengabeko otoitzen
santutegian
,Etortzen den ala ez
Sinets ezazu gero eta hurbilago dagoela zuregana
Zure bihotzeko irrika guztiekin
,Zure eskaera betetzen duen ala ez
Jarraitu hari maitasuna erakusten

Erantzuten ez badu ere
 ,Espero zenukeen bezala
Sinetsi sotilki erantzungo duela
Eta iluntasun sakonenean, zure otoitzak
Bizitzaren, heriotzaren eta minaren dantzaren erdian
Berari deitzen jarraitzen baduzu
Bere isiltasunak tristetu gabe
Bere erantzuna jasoko duzu

* * *

Lan egin dezagun mundu batu bat eraikitzeko, non nazio
 bakoitza kide erabilgarria den, Jainkoak gidatuta giza
 .kontzientzia ernearen bidez
Gure bihotzetan, denok praktika dezakegu geure burua
 berekoikeriatik eta gorrototik askatzen
Otoitz egin dezagun nazio guztien arteko harmoniaren
 alde, zibilizazio berri eta bikain baten ateetatik eskutik
 .eskutik igaro daitezen
Hitz zintzoak, bihotzeko eta gozoak nektar freskagarria
bezalakoak dira arima egarrientzat. Hitz horiek beharrezkoak
 .eta desiragarriak dira nonahi eta uneoro
Hitz gogor, iraingarri eta mingarriei dagokienez,
hilgarriak dira besteen arimentzat eta suntsitzaileak haien
barne-bakearentzat. Adiskidetasunaren eraikuntzan bola
.suntsitzaile bat eta etxe seguruak erretzen dituen sua dira
Pertsona batek hitz gogorrak betiko ezpainetatik urrun
eduki behar ditu eta bere etxea arazoetatik eta bat-bateko
 .banantzeetatik babestu
Hitz atseginek zoriontasuna sortzen dute lagunak eta
etsaien bihotzetan, komunitateetan, gurtza-lekuetan,
bulegoetan, lantokietan eta beste edozein lekutan. Jendeak
barne-poza sentitzen du pertsona zail eta haserre batek alde
egiten dienean, eta poztu egiten dira lagun zintzo,
 .elokuyente, bihozbera eta jator bat ikustean
Behar duzuna lortzeko ahalegina egiten duzunean eta
Jainkoak zuretzat errazten duenarekin pozik zaudenean,

espirituz aberatsagoa eta asebateagoa izango zara munduaz
etsituta daudenak eta haren harrapakinen irrika dutenak
.baino

Jainkoak zuzen bizitzeko artea garatzen du bere egia
zibilizazio, mentalitate eta nazionalitate desberdinen
.nahasketa baten bidez agerian utziz

Ez dago berez nazio perfekturik, eta nazionalitate
guztien ezaugarri onenen nahasketak bizitza orekatuaren
eta bizitza arrakastatsuaren arteko ikuspegi onenak emango
dizkigu. Aipatzekoa da pertsonaia handi guztiek
zibilizazioaren lorpenen gailurrera iritsi zirela eta giza ideal
.eta printzipio gorenak gorpuztu zituztela beren bizitzetan
Jainkoaren tenplua arimaren barruan dago. Sartu tenplu
horren lasaitasunean eta eseri kontenplazioan, non
ikuspegiaren argia espirituaren aldarean distiratzten den.
Sartu giza eskuek ukitu gabeko tenplu horretan, non ez
.dagoen antsietaterik edo beldurrik

Zatoz bakardade espiritualaren bakera eta Jainkoaren
ahotsa entzungo duzu isiltasunaren hizkuntzan zuri hitz
egiten, eta konturatuko zara ikusezina ikusgai bihurtu dela
.eta irreala dirudiena erreala bihurtu dela
Oreka ederra da eta gure sentimenduen,
pentsamenduen eta ekintzen oinarria izan beharko litzateke,
.eta gure bizitzak biratzen diren ardatza

Arima handiek lasaitasuna eta bakea mantentzen
dituzte, eta horrek bizitzako zailtasunak eta atsekabeak
.gainditzten laguntzen die zentzua edo oreka galdu gabe
Jainkoa nonahi dago, munduak kudeatzen eta galaxiak
orbita infinituetan gidatzen. Eta gizateria, haren irudira
sortua, bere bizitza kudeatzeko eta bere jarduerak kezkarik
.edo asaldurarik gabe koordinatzeko gaitasuna ere badu
Beti bidali behar dizkiegu besteei maitasun, borondate
on eta bake ideiak

Meditazioaren egituran, non ikuspegi sakonaren argia
etengabe arimaren aldarean distiratzten den, ez dago

antsietaterik, ez estresik, ez tentsiorik, ez urduritasunik,
baizik eta lasaitasuna, serenitatea, autokonfiantza eta
.benetako zoriontasuna

Jauna, lagundu iezaguzu pertsonen artean zatiketa eta
desadostasuna sortzen duten eta arimak ontasunaren eta
harmoniaren maitasunean elkartzea eragozten duten
.berekoiakeriaren deabruak gainditzen

Jainkoarentzat onargarriak dira egintza on guztiak,
baldin eta kontzientzia espiritualarekin egiten badira. Ekintza
materialistak kontsiderazio berekoi hutsek bultzatutakoak
dira. Lan materialaren eta espiritualaren arteko hesia hautsi
egin behar da. Motibo sendoei egindako egintza guztiak
garbiak dira eta arima ezpurutasunetatik eta kutsaduretatik
.garbitzen laguntzen dute

Aukeratu zure lagunak arretaz eta pentsakor. Izan zaitez
haiekin lagun zintzoa, baina mantendu beti distantzia bat,
eta utzi elkarrekiko errespetua zu eta haien arteko lotura
.izan dadin. Ez gainditu haiekin zuzentasunaren mugak
Erraza da besteekin ondo moldatzea, baina haien
maitasuna eta errespetua mantendu nahi badituzu, aholku
.hau jarraitu beharko zenuke

* * *

Otoitzaren, meditazioaren eta fedearen bidez, gidaritza
espirituala jasotzen da, eta inork ezin du bakean eta
lasaitasunean bizi barne-harmonia hori gabe. Hala ere,
Jainkoarengandik zuzenean gidaritza jasotzeko, desioetatik,
kapritxoetatik edo ohituretatik eratorritako justifikazioetan
oinarritu beharrean, ezagutza intuitiboa eta ulermen sakona
.behar dira

Jakin ezazu lortu nahi duzun guztia, eta askoz gehiago,
.Jainkoarengan zain duzula

Arratsalde batean, Paramahansa irakasleak ikasleei

:esan zien

Jabetzak ez du ezer esan nahi niretzat, baina"
adiskidetasuna oso preziatua da. Benetako anaitasunean,
."lagunen lagunaren benetako distira ikusten da: Jainkoa
Gero gaineratu zuen: «Kontuz lagun bat
engainatzearekin edo gizaki bat traizionatzearekin, hori baita
bekatu handienetako bat jainkozko justiziaren legearen
.«arabera

* * *

Garatu indar mental handiagoa. Landu indar hori,
gertatzen dena gertatzen dela, bizitzako borrokan ausartak
.bezala tinko eutsi eta erronka guztiei aurre egin ahal izateko
Jainkoa maite baduzu, fedea izan behar duzu eta prest
egon behar duzu hondamendiak, zorigaitzak eta probak
.datozenean irauteko eta aurrera egiteko
Ez etsi edo ez izan minaren beldur, baina ahalegindu
.zure gogoia positiboa eta sendoa mantentzen
Benetako ekstasi espiritualaren dosia dastatzen
duzunean, ikusiko duzu beste inongo esperientziak ezin
.duela harekin alderatu

Gurasoek beti ahalegindu beharko lukete seme-
alabengan kontzientzia espirituala txertatzen, meditazioa
eta bereizketa kontzientea irakatsiz, plazer engainagarri eta
.faltsuen suarekin jolasteko tentazioari amore ez emateko
Jainkozko poza jaisten denean, nire arnasketa baretzen
da, eta nire espiritua hegan egiten du, mila loaldiren zoriona
aldi berean biziz, baina ez ditut nire ohiko zentzumenak
galtzen. Esperientzia kosmiko hau kontzientzia-egoera
gorena lortzeko sakonki murgiltzen direnentzat gordeta
.dago

* * *

:Bihotzaren begia

Pertsona orok erakusten du, maila desberdinetan,
barne-begiaren edo ikuspegiaren boterea. Lasaitasun eta
bakearen horizonte batetik sortzen da, gauzei eta pertsonei
buruzko ezagutza zehatza eta fidagarria emanez, ebidentzia

inferentzialik edo froga sentsorialik behar izan gabe; hori
.gure esperientzietatik dakigu

Benetako ulermena sentimendu lasai eta zintzo gisa
dator, antsietate emozionaletatik eta susmo kezkagarrietatik
bereizita. Ulermen hau barne-ahots edo bihotzaren xuxurla
gisa agertzen da, eta ezinbestekoa da benetako barne-
gidaren eta subkontzientearen ahots engainagarrien arteko
.bereizketa egitea

Benetako ikuspegia (intuizioa) ez da sinesmen zurrun
bat, egiaren ulermen zuzena baizik, eta pentsamendu
sortzailea da tenperamentu anormalen aurkako antidoto
.onena

Pertsona bat egoera negatibo edo urdurian dagoenean,
joera tenperamentuek kontzientzia hartzen dute. Burua
pentsamendu positiborik gabe dagoenean, jabea deprimituta
eta kezkez zamatuta geratzen da. Eta depresio eta
kezkarekin, deabrua gonbidatu bihurtzen da pertsona horren
pentsamenduetan, ostalariaren gaineko kontrol osoa
!eraginez

Beraz, lagun maitea, ideia sortzaileak garatzen lan egin.

Eskuzko lanik egiten ez duzunean, egin zerbait sortzailea
zure buruan. Mantendu okupatuta, estresan eta antsietatean
.murgiltzeko denborarik ez izateko

Adiskidetasunek ez dituzte gure arimak asetzen
Jainkoarekiko maitasun partekatuan errotuta ez badaude.
Besteengandik ulertzeko eta adiskidetasunerako dugun
irrika, egia esan, arimak bere iturriarekin batzeko irrika da:
.Jainkoa

Zenbat eta gehiago saiatu kanpoko gauzen bidez irrika
hori asetzen, orduan eta gutxiago izango dugu lagun hobe
.aurkitzeko aukera

Buru sendoa baduzu eta irmoa den erabakitasuna
lantzen baduzu, zure patua kontrola dezakezu. Saiatu zure
buruko indarra gauza txikietan probatzen lehenik, eta

indartzen lan egin gauza bikain asko lortzeko. Hau bizi izan
.dut nire bizitzan, eta konbentzimenduz hitz egiten dut

Gaizki egitea saihesteko modu bakarra gaizki egitea
antzemateko eta ez egiteko erabakia hartzeko irizpide ona
.garatzea da

Gaizki batek beste baten aurka borrokatzeak ez du
zuzen bat sortzen. Ezjakintasuna da gizateriaren benetako
.etsaia eta mundu honetatik erbesteratu behar da
Mundu honetan behar dugun guztia dugu oparotasun,
zoriontasun eta justizia perfektuaren aro bat hasteko.
Oztopo bakarra gizakiaren berekoikeria da, eta horrek
ezinezko egiten du hau. Sufrimendu izugarria eta
justifikaezina gizakiaren berekoikeriak eta besteekiko
inolako errespeturik gabe norberaren interesak bilatzeak
.eragiten dute

* * *

Artxiboetatik: Gorrotoaren uzta

Nasi eta Zakirrek elkar gorrotatzen zuten. Bien arteko
borroka eskolan ikasle gazteak zirenean hasi zen, eta hazi
zirenean, etsaitasuna haiekin batera handituz joan zen eta
.oinetakoen salmenta negozioan arerio bihurtu ziren
Behin, neska baten eskua lortzeko lehian aritu ziren, eta
Nasi Zakir baino zertxobait indartsuagoa zenez, gogor jipoitu
eta konorterik gabe utzi zuen. Zakirrek kontzientzia
berreskuratu zuenean, lotsak, damuak eta nazkak gainezka
.egin zioten gertatu zitzaionagatik

Urte batzuk geroago, Zakirrek hiri batera bizitzera eta
.lan egitera joatea erabaki zuen

Nasik gertatutakoa ahaztu zuen, baina Zakirrek ezin
izan zuen bere memoriatik ezabatu Nasik eragindako
umiliazioa eta lotsa. Hala ere, bere buruari errepikatzen eta
baieztatzen jarraitu zion: "Barkatuko diot Nasi eta ez dut
."gogoratuko nire aurkako iraina

Baina hilabete batzuk igaro ondoren, Zakirrek konturatu zen egunero barkamena ziurtatzen zuen bitartean, mendekua hartu nahi zuela sakonean, eta mendeku egarria .asetzeko antzeko kolpe bat emateko aukerak zain zegoela Denbora baten buruan, Nasik bere arerio zaharra, Zakir, joan zen hirira erakartzen zuen erakarpen arraro bat sentitu zuen. Ez zuen zalantzarik zerbait gertatzear zegoela. Hala ere, Zakirrek bazekien Nasi hirian zegoela eta haren .mugimenduak arretaz kontrolatzen hasi zen Arratsalde batean, Nasi paseatzera joan zen eta "aire .freskoa usaintzera", eguraldia iluna eta euritsua izan arren Bakarrik zihoala errepide isolatu batean, aire zabaleko biltegi baten aurretik pasa zen, Zakirrek isilpean eta kontuz jarraitzen zion bitartean, eta aukera sortu zitzaionean, .interes konposatuekin kontua kitatzea erabaki zuen Pozez gainezka, biltegiko hormetatik teila sendo bat erori zela ikusi zuen, beraz, hartu eta bere aurkari ohiaren buruan indarrez jo zuen, lurrera botaz, eta etorri zen bidetik .itzuli zen haserre, Nasik bere presentziaz jakin gabe Ordu batzuk geroago, euria gelditu zen, hodeiak garbitu ziren, eta ilargi izpi bat agertu zen hormaren goialdean zegoen zulo batetik. Nasi esnatu zenean, lurrean etzanda .aurkitu zuen bere burua, oso ahul sentitzen Gertatutakoa jakiten saiatu zen, eta ondoan teila bat eta gainean horman zulo bat ikusi zituenean, ondorioztatu zuen biltegiaren ondotik zihoala, zorte txarrak teila hori hormaren .goialdetik erori eta buru gainera erori zitzaiola Istorio honen morala da gizakiek besteei eragindako kaltea ahazten dutela, nahiz eta haien ekintzen ondorioak ahaztezinak izan, eta ekintza horien eraginak isilean jarraitzen dizkiguten ezjakintasunaren iluntasunean. Behi batek bere kumea beste milaka kumeren artean aurki dezakeen bezala, gure ekintzen ondorioek ere badute etengabe gure jarraipena egiteko eta gure kokapena .zehazteko ahalmena, denbora luze baten ondoren ere

Nasik jakinduria izan balu eta bere aurkari Zakirren eta beraren arteko auzia konpontzen saiatu izan balitz eta gertakari horren ondoren barkamena eskatu izan balio, agian aurkariaren haserrea arinduko zukeen eta gauzak ez ziren .hortik haratago joango

Baina gauzak aldatu gabe jarraitu zuten, eta ondorio latzen haziak etorkizun ilun baten sabelean hazi eta loratu ziren, jaiotza hondamendi batean amaituz. Ustekabeko egoerak saihesteko, gogoaren lurzoruan ezkutatuta dauden joera gaiztoen haziak erre behar dira, eta aurreikuspena ekintzaren aurretik joan behar da, lege unibertsalak agintzen baitu norberaren ekintzen fruituak biltzen direla, onak edo .txarrak, gozoak edo mingotsak izan

Gogora dezagun ekintza orok joera eta inklinazio gisa gordetzen diren arrastoak uzten dituela gogoan. Hauek zentzuz eta zuhurtziaz kudeatzen ez badira, ondorio arriskutsuak izan ditzakete. Hala ere, ekintza gaiztoen haziak jakinduriaren suak erretzen dituenean, ezingo dira berriro .hazi

Biharko mapa, edo: Ahaleginaren merezi duen eskaera bat

Irakaslearen irakaspenetatik.

Paramhansa Yogananda

Bizitzan zehar helbururik gabe ibiltzen bazara arrakasta izateko aukeren zain, aukera horiek ziurrenik ez dira etorriko, eta ez duzu arrakastarik aurkituko. Baina zure etorkizuna diseinatzen eta zure biharko mapa zure eskuekin marrazten duzuna bazara, poztu zure helburua lortzeaz, zure nahi den helburura iristeko oso gertu zaudelako.

Mapa arrakastatsu bat diseinatzeko, lehenik eta behin zure helburua definitu behar duzu. Zer esan nahi du arrakastak zuretzat? Zer nahi duzu arrakastatik? Zure erantzuna ospea, aberastasuna edo desio material berekoien betetzea bada, frustrazio izugarri eta porrot erabatekora zoaz.

Arrakasta gehien duten pertsonak denon ahotan daudenak dira, nahi dutena erosteko eta -maila materialen arabera- beren arimak nahi duen guztia edukitzeko gaitasuna dutenak, baina hala ere zoriontasunik ez dutenak! Orduan, zergatik jarraitu bideitsu beretik?

Ospea eta zorte ona benetako arrakastaren fruituak izan daitezke, baina ez dira arrakastaren funtsa, ezta ezaugarriarik garrantzitsuenak ere. Izan ere, ez dira batere beharrezkoak arrakasta lortzeko.

Beraz, zein da helburua? Zer bilatu beharko litzateke bizitzatik? Helburu bat dago jarraitzea eta ahalegintzea merezi duena: zoriontasuna. Horrek bizitzaren altxor ezkutatuak une oro ateratzea eskatzen du, bilatzen trebeak direnentzat eta altxor horiek non dauden dakitenentzat.

Eta jakin ezazu, zoriontasunaren bilatzailea, zure arreta egunera mugatzen baduzu

Eta zure eguna hitz atseginekin, ekintza onuragarriekin eta pentsamendu onekin aberasten baduzu

Zure eguna zure lagun leiala eta zure urrezko aukera izango da

Zure pasaportearen eta bisa etorkizun oparoa eta arrakastaz betea izango dira.

Beraz, zure etorkizuna planifikatzeko hurrengo urratsa zure bizitzako egun bakoitzaren edukia arretaz behatzea eta onuragarria eta positiboa dena gordetzea da. Hori egitean huts egiten baduzu, gelditu eta balantzea egin behar duzu.

Arrakasta lortzeko, funtsezko elementu hauek hartu behar dira kontuan, eta horiek gabe ezinezkoa da arrakasta lortzea:

Goizean esnatzean, ez jaiki ohetik berehala eta hasi eguneko jarduerak

Tentsioan jarri eta erlaxatu gorputz osoa hainbat aldiz, pixkanaka energia berreskuratzeko. Eguneroko errutinari ekin aurretik, hartu denbora pixka bat zure bizitzako egunik onena izango dela baieztatzeko. Konbentzitu zeure burua, gertatzen dena gertatzen dela, zure eguna horrela izango dela. Otoitz eta meditazioarekin hasteak zure konbentzimendua sendotuko du eta behar duzun indarra emango dizu.

Sinplifikatu zure bizitza

Ez fidatu gizakien asmakizunetan bizitzaz gozatzeko. Plazer laburretara mugatzen bazara, suminkor, nahasi eta umore txarreko bihurtuko zara. Ez dago telebistari, gaueko bileretara eta oturuntzei etengabe atxiki beharrik; hauek gizarte-ohitura errotu bihurtu dira. Norbaitek behin esan zuen bezala —eta zein egiazkoak diren haren hitzak—, ez gaituen lanak hiltzen, baizik eta gure denbora librea nola pasatzen dugun! Luzaroago biziko zara eta bizitzaz gehiago gozatuko duzu, sinplifikatzen baduzu eta gizarteari kateatzen ez bazara. Bilatu gauza txikietan aurkitzen diren pozak.

Egin ahal duzun guztia esku artean duzun zeregina ahalik eta ondoen burutzeko

Zure egungo lanarekin pozik ez bazaude, antsietateak eta ausazko errendimenduak ez dute ezer aldatuko. Saiatu egoerari jarrera positibo batekin heltzen, edozein dela ere, eta bi gauza hauetako bat gertatuko da: edo aukera baliotsu bat galdu duzula deskubrituko duzu, edo ate berri bat bat-batean zabalduko da, zure beharretara hobeto egokitzen den eta zure nahiak betetzen dituen lan bat aurkitzeko aukera emanez.

Bizitza eman eta jasotzeko etengabeko prozesu bat da

Izan orekatua ematen duzuna baino gehiago ez hartzeko, eta ezta hartu gabe ematera mugatu ere.

Zabaldu zure ikuspegia

Erakutsi interesa besteen bizitzetan eta jardueretan. Begiratu zeure buruaz haratago: zure familiari, eta zure familiaz haratago zure lagunei, eta zure lagunez haratago pertsona guztiei. Zientziak baieztatzen du osotasun baten parte zarela, beraz, ez ahaztu zure buru handiagoa.

Orekatu zure bizitza

Egun bakoitzak lana, atsedena, aisialdia, ikasketak eta hausnarketa izan behar ditu barne. Gorputza, adimena eta espiritua dituen izakia zara. Elementu garrantzitsu hauek modu orekatu eta harmoniatsuan landu osasuna, bizitasuna eta ezagutza lortzeko.

**Irribarre egiteko azkarra, zimurtzeko motela,
laguntzeko gogotsua, itxaroteko eta aldatzeko prest,
eta aukeren aurrean erne**

Egiaztatu kontua egunaren amaieran

**Zorionak eman zeure buruari egindako
aurrerapenagatik. Gauzak ez dira gau batetik bestera
aldatuko, beraz, ez izan beldurrik akatsei aurre
egiteko bihar hobeto egiteko erabakiarekin. Eta
oheratu aurretik, utzi zure gaiak Jainkoari, jakinda ez
zaituela bakarrik utziko, baizik eta aukerak emango
dizkizula eta ateak irekiko dizkizula ahalegina egiten
duzun bitartean eta haren laguntza eta gidaritza
bilatzen duzun bitartean.**

**Logura sentitzen duzunean eta loak hartu
aurretik, ziurtatu zeure buruari bihar gaur baino
hobea izango dela, Jainkoaren laguntzarekin.**

**Planifikatzaile zorrotza eta eraikitzaile trebea
bazara**

Zure maparen xehetasunei eusten badiezu

Ezinezkoa da huts egitea!

Aurrera eta bakea izan bedi zurekin!

Iturria: Autoezagutza Aldizkaria

Dardar sakonak

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

**Jauna, gure zainetan dabilen eta gure gorputzen
mekanismo korapilatsu eta konplexuak, haien haragi,
hezur, nerbio eta muskulu guztiekin batera, elikatzen
dituen zeruko elektrizitate misteriotu hori zara.**

Zure energia bizia gure baitan dago, hartzen dugun arnasa bakoitzean eta gure bihotzen taupada bakoitzean. Onartu dezagun botere, ontasun eta bedeinkapen guztiak Zugandik datozeela, Eskuzabaltasunaren Iturria eta existentzian dagoen ontasun, indar eta bedeinkapen guztien jatorria.

*** * ***

*** Egunsentiko lorategitik, argizko loreak biltzen ditut zuretzat, zure oinetan eskaintza xume gisa jartzeko**

Zureganako maitasunaren izar zorrotzak nire arimaren atmosfera zeharka dezala, axolagabekeriaren lainoa eta apatiaren iluntasuna uxatuz. Ez ahaztu nazazu, Jauna, nahiz eta zu ahazten banaiz ere.

Gogoratu nazazu, nahiz eta nik zutaz gogoratzen ez naizen

*** * ***

Jauna, bedeinka gaitzazu, pozik eta baikortasunez bizi gaitezen

Goza dezagun gure lurreko betebeharrez eta sorkuntzaren edertasun mugagabe eta amaigabeez

Lagundu iezaguzu gure zentzumenak fintzen, natura harrigarria dastatu eta goza dezagun.

Eta bizitzako plazer errugabe guztiak zure zapore bedeinkatuarekin ondu ditzagun

Bizitzeko pozak eta bizitzaren plazerrak bidegabeki hiltzen dituen ikuspegi negatibo eta pesimista kendu dugu.

*** * ***

Luzaroan jasan ditut munduko gauzen ikuspegi ilunak. Zu ikusi beharrean, espiritu unibertsala, nire begiek materiaren gorpu zurbil eta bizigabea ikusten dute.

Bedeinka nazazu, jakinduriaren ikuspegiarekin zure presentzia bedeinkatua gauza guztietan ikus dezadan.

*** * ***

Findu gure metala, Zeruko Alkimista! Eraldatu gure ahultasuna indar bihurtu eta gure pentsamendu okerrak egiaren benetako ulermen bihurtu. Bihurtu gure anbizio berekoien deabru itsusiak asmo handi eta hegaldunetan, gure ezjakintasun mingarria jakinduria sakratu bihurtu, eta gure alferkeriaren oinarritzko lehengaiak lorpen espiritual sublimeen urre finduan.

*** * ***

Jauna, esku apalekin hurbiltzen naiz Zuregana nire izate osoa eskaintzera, nire erreguak jainkozko maitasunaren usainaz blaituz!

Eman iezadazu haur errugabeen konfiantza zuregan eta zuri debozio osoa.

Bedeinka nazazu, nire otoitzen hitzen atzean zure presentzia senti dezadan.

Inspiratu nazazu zure presentzia nire emozio guztietan sentitzera

Eta zure jakinduria argituak nire ulermena hobetzen eta nire ezagutza santutzen duela konturatzeko

Eta jakin ezazu ziur nire bizitza zure bizitza paregabe eta paregabearen adierazpen bat dela.

*** * ***

Jauna, ezin da zureganako dudan maitasuna hitzez edo xuxurlatutako sekretuz ezkutatu, zeren hizkuntza sakratu eta isil batean adieraziko dizut nire maitasun gainezka eta zurekin topatzeko dudan irrika handia.

Zure ahotsa isiltasuna da, eta nire arimaren baretasunean zure ahots leuna entzungo dut

**Sentiarazi iezadazu beti maite izan nauzula,
lehenago inoiz konturatu ez nintzen arren.**

*** * ***

**Irakats iezaguzu, Jauna, maitatzen txoriak,
animaliak, lore meheak eta gure oin arduragabeen
azpian hainbestetan zapaltzen diren belar mutuak.**

**Naturaren barietate ugariak zure jenio anitzaren
adierazpenak dira: etengabe mugimenduan eta
bibrazioan dagoen zure eskutik ateratako benetako
maisulanak.**

**Ikus dezagun sorkuntza osoan imitazioari aurre
egiten dion zure lan paregabea!**

*** * ***

**Jauna, bedeinka nazazu ontasuna eta garbitasuna
baino ez dezadan ikusi**

**Jainkozko maitasunaren hitz inspiratzaileak eta
ereserkiak baino ez entzun ahal izateko**

**Eman iezadazu zure grazia, zeruko usainez
lurrindutako Espiritua, zu gogorarazten didaten usain
atseginak bakarrik arnastu ahal izan ditzadan.**

**Utzi janari sinple eta nutritiboak bakarrik
dastatzen**

**Eta ukitzen dudan guztiak zure ukitu garbi eta
bedeinkatua gogorarazi diezadala**

*** * ***

**Nire otoitz karabana zuregana doa, noizean behin
haren aurrerapena oztopatzen saiatzen diren etsipen
hareazko ekaitzak gorabehera.**

**Prozesio santuan aurrera egiten dudan heinean,
urrunetik ikusten dut zure isiltasun-animoaren oasia,
eta nire indarra berpizten da eta nire morala
berritzen da, beraz, bikoizten ditut ahaleginak
zuregana iristeko.**

**Ontasunaren oasira iristen naizenean, fedearen
ezpain egarritsuak zure zoriontasunaren iturburuan
bustiko ditut eta ase arte edango ditut.**

*** * ***

**Zure ahots sakratuaren uhin gaindiezinak eter
zeharkatzen dituzte**

**Plazer sentsualen distrakzioek itsututako
belarriek ezin dituzte zure aingeru-sermoiak jaso
Jainkozko Esatari, utzi gure gogoaren tresnak,
zurekin harmonian ez daudenak orain, bereizketa
espiritualaren adierazle zehatzaren kontzentrazio
osoarekin sintonizatuta egon daitezela.**

**Irakatsiezaguzu nola harrapatu arimaren
eterrean dabiltzan zeruko melodiak eta musika
espirituala**

*** * ***

**Jauna, ireki nire ikuspegi espiritual, nire
urratsak beti gidatu eta berekoikeriaren bide
itsuetatik babestu nazan.**

**Kontzientziaren bihurgune eta bihurguneetan eta
haren bide bihurrietan zehar ibiltzen naizen heinean,
bidelapur zakar horietatik ihes egingo dut: gutizia,
berekoikeria eta lege moralen axolagabekeria.**

**Oi, Barne Argi Guztia Dakizuna, erakutsi iezadazu
bizitzako arazo guztien irtenbideak**

*** * ***

**Boto sakratu hau egiten diot neure buruari:
Nire maitasunaren eguzkia ez da inoiz sartuko
zuanako etengabeko pentsamenduen zerutik, Jauna
Ez ditut nire begiak zugandik kenduko zu ez den
beste ezertara**

**Ez dut egingo zu gogorarazten ez didanik ezer
Ezjakintasunetik eta ergelkeriatik sortutako
ekintzek amesgaiztoak eta amets beldurgarriak
eragiten dituzte**

**Utzi nazazu lorpen nobleen amets gozoak
bakarrik egiten, zure inspiraziotik eta gidaritzatik
datozelako, Jauna!**

*** * ***

**Jauna, materiaren beloek ezkutatzen bazaituzte
niregandik, zenbat denbora egongo zara lilien,
arrosen, urre koloreko hodeien eta argiztapen eta
izarrez jositako gau isilen atzean ezkutatuta?**

**Ezkutatzen bazaitu ere, maite dut zure presentzia
sotilki iradokitzen duelako**

**Hala ere, irrikitan nago zu zeu zaren bezala
ikusteko, sorkuntzaren maskararik gabe!**

*** * ***

**Oi, Dena Ikusten Duzun Zu, logura edo loguraz
harrapatzen ez zaituena!**

**Eguzkiaren eta ilargi aldakor eta finkotik ikusten
nauzu, eta begirada holistiko batekin, espazioaren
poro amaigabeetatik eta izar erneen argi
distiratsuetatik behatzen nauzu.**

**Haizearen ukituarekin, laztantzen nauzu, eta
zuganako eta zure zerbitzarietako ditudan
pentsamendu atseginen bidez, zure errukiaren euri
bedeinkatuaz bustitzen nauzu.**

*** * ***

**Oi ahots kosmikoa! Oi infinituaren ahotsa! Utzi
nazazu kontzientzia espirituala lortzen zure
erresonantzia sakratuaren bidez.**

**Oihartzun egin zuen niregan, nire pertzepzioak
gorputzetik unibertso mugagabera zabalduz.**

**Eta inspira nazazu zure bidez sorkuntzaren betiko
pultsua sentitzera**

*** * ***

**Nire oinak mugitzen dituzu, nire eskuetan lan
egiten duzu, nire bihotzean taupadaka ari zara, nire**

**arnasarekin batera isurtzen zara eta pentsamenduak
ehuntzen dituzu nire buruan.**

**Zure borondate sarkorra egunero meteoro bat
bezala oldartzen da nire giza borondatearen
zeruetara**

**Utzi nire bizitzaren tanta bat zure itsaso
kosmikoan nahasten, nire buru txikiaren burbuila
zure bular zabalean flotatzen ikus dezadan.**

*** * ***

**Umezurtz eta zaurituek entzun dute zure
adeitasun eta errukiaren berri, eta hemen daude zure
atean. Utzi egingo diezu etsita eta kontsolamendurik
gabe?**

**Ai, zure esku ikusezinak bihotz hautsia eta arima
sufritzen dutenen begietako malko sutsuak garbitu
ahal izango balitu!**

**Ilusio eta engainuaren bideetan galduta
daudenak, norengana joko dute eta nor bilatuko dute
Zure ate eskuzabalaz gain?**

**Zure presentziaren egunsentiarekin, haien
arazoak desagertuko dira eta haien zailtasunak
desagertuko dira**

**Jauna, altxa ezazu beloa zure aurpegi atsegin eta
errukitsua ikus dezagun**

*** * ***

**Oi, jainkozko ahots santu-santua, orro egin nire
arimaren ertzetan eta hautsi pentsamendu
materialistaren hesiak, gorputzaren espetxetik
askatu nadin.**

**Utzi meditazioan entzuten zure ozeano-
erresonantzia leuna nire gorputzean, gogoan eta
espirituan eta nire kanpoko ingurunean, eta sentitu
nola hedatzen den hiri txiki eta handi guztietara, eta
Lurrera, eguzki-sistemara eta unibertso osora.**

Eta naturaren gorputz handiaren barruan nire existentzia zabala guztiz gauzatzeko!

*** * ***

Oi betiko jainkozkougarra, zure jainkozko distira txikiak isurtzen dituzu gizateriaren arima eta gogoetan, mugatuak, txikiak eta zatikatuak agertuz. Hala ere, existentzian dagoenugar eta argi guztien iturri bakarra eta infinitua zara.

*** * ***

Oi, Betiko Garailea! Lagundu iezaazu nire baitan ezaugarri nobleak lantzen: lasaitasunaren eta autokontrolaren soldaduak etsairik beldurgarrien aurkako borroka irabazteko: haserrea, gezurra eta eskergabetasuna.

Beraz, nire bizitzaren bazterren gainetik altxatuko dut zure eskubidearen bandera, gorena dena eta gainditu ezin dena.

*** * ***

Jainkozko Espiritua, ez dezagun betebeharririk garrantzitsuagoa izan Zu ezauteko betebeharrak sakratua baino. Ekintza oro, edozein dela ere bere izaera, zuk emandako lorpen-ahalmenaren bidez bakarrik lor daiteke.

Horregatik, maita zaitzagun beste edozeren gainetik, zure bizitzaren eta maitasunaren graziaz gabe ezin baitugu bizi edo maitatu.

*** * ***

Oi, betiko Ipar Izarra! Noranahi nora eta nora nabilen, nire gogoaren iparrorratz magnetikoa zuregana zuzenduta dago.

Bat-bateko gertaeren haizeek astintzen banaute edo zoritxarraren eta hondamendiaren euriek bustitzen banaute ere, gidatu nire gogoaren betiko zuregana bihurtzera.

Nire maitasunak, nahasmen hodeien eta nahasmen ekaitzen artean hegoak astintzen dituen txori bat bezala, ziur aski zuregana iritsiko da.

*** * ***

Jainkozko Jotzaile Handiena, eman erlijio guztien txirulari Zure batasun miragarriaren melodiak, eta utzi musika sakratuak Zure espirituaren benetako doinuak eramaten, originaltasunez eta sormenez aberatsak.

Harmoniza gaitezen zurekin eta batu gaitezen gure bihotzetako melodiak ereserki bakar batean, zuri goratzen dizuguna Ez dago Jainkoa beste jainkorik!

*** * ***

Jauna, otoitz hau Zuri altxatzen dizut:

Nire ondasunak asko edo gutxi izan, eman iezadazu egunero behar dudan guztia lortzeko borondatea

*** * ***

Maitasunaren arrosarioan bihotz-bihotzez erregutzen ditut, bere aleak irrikazko hariarekin lotuta. Izen bedeinkatuak: Jainkoa, Espiritu Unibertsala, Brahma, Aita Zerukoa, Ama Jainkotiarra — denak dira zure izen santuak.

Aroen eszenatokietako zure irudikapen kosmikoan, milioika itxura eta irudi hartu dituzu, izen asko hartu dituzun bezala, baina zure izaera bakarra eta aldaezina da, hau da, betiko zoriona!

*** * ***

Lege unibertsalaren Jainkoa, lagundu iezadazu nire zauriak eta orbainak, hondamendi eta proben ondorioz sortuak, zure jainkozko justiziaren eskutik eman dizkidaten domina eta diziplina-intsignia gisa eramaten, zeinak ez baitu faboritismorik ezagutzen.

Nire eguneroko zailtasunek ilusio eta engainuaren aurkako antidoto gisa balio dezatela, eta munduko zoriontasunerako itxaropen faltsuetatik libra nazatela.

Besteen zakarkeriagatik isuritako malkoek nire gogotik ezkutatutako orbanak eta akatsak garbituko balituzte nahi nuke.

Eta nahasmenduaren pikotxaren kolpe zorrotz bakoitzak jakinduria eta ulermen sakon berriak ireki ditzala nire baitan

Ohiko existentziaren iluntasun sakratu horrek beldurtuko banindu, zure garbitasunaren eta zure sendatzeko argiaren horizonteen bila korrika egiteko.

Bizitzaren ziztadek eta bat-bateko kolpeek oihu egitera behartzen naute, zure laguntza eske

Eta utzi nire bizitzako lurzoruan dauden egoera mingarrien indusketek zure kontsolamenduaren iturburu ugari eta etengabe jariakorrak agerian uzten.

Besteen zakartasunaren itsuskeriak leuntasunez eta adeitasunez edertzera behartuko banindu, eta lagunak hitz mingarriek hitz gozoak bakarrik erabiltzeko gogoraraziko banindute.

Buru gaiztoek harriak botatzen badidate, asmo oneko jaurtigai atseginekin egingo diet topo

Jasmin zuhaitzak bere lore usaintsuak barreiatzen dituen bezala, aizkora enborrean jaurtitzen duen eskuan, utzi nazazu barkamenaren arrosa petaloak barreiatzen niri hotz eta etsaitasunez tratatzen nauten guztiengan.

Pentsamendu espiritualak

Paramhansa Yogananda jakintsuarentzat

**Meditazioan jainkozko presentziaren
sentimenduak bakez betetzen du gogoa eta energia
biziz kargatzen du gorputza.**

**Komunio espiritual sakon eta isilaren bidez, eta
pentsamendua eta sentimendua Jainkoarengana
bideratuz, bilatzaileak gero eta poz handiagoa
sentitzen du, eta poz hori Jainkoarekin
komunikatzearen eta haren presentzia bedeinkatua
ukitzearen froga ukigarria da.**

**Nire arimaren lurra lantzen ikusi zintudan proben
eta atsekabeen goldearekin, zure jakinduriaren
haziak ildoetan barreiatzen. Hazi horiek ureztatzen
jarraitu nuen, eta zure errukiaren eguzkiak haien
gainean argitu zuenean, hazi eta loratu ziren, poz eta
gogobetetasun uzta bedeinkatua emanaz.**

**Pertsona batek Jainkoa ezagutzen duenean, ez du
sentitzen besteak beraren desberdinak direnik.**

**Jende jakintsuak oreka eta lasaitasuna
mantentzen ditu egoera eta baldintza aldakorrak izan
arren, anitzak izan arren.**

**Jainkoa da kosmosaren sari gorena eta
existentzian dagoen irabazirik handiena**

**Jauna, gaurtik aurrera ahal dudan guztia egingo
dut Zu ezagutzeko eta Zuregana hurbiltzeko eta Zure
maitasuna sentitzeko, nire munduko betebeharrak
alde batera utzi edo baztertu gabe, eta nire
betebehar guztiak Zuri eskaintza garbi gisa beteko
ditut, eta horrela Zure faborea lortuko dut.**

Jainkoa jakinduriaren eta inspirazio distiratsuen iturria da. Bihotz on guztietatik ateratzen den usain bedeinkatua da. Zeruko arrosen eta pentsamenduaren lore ihintzen lorategia da. Gure maitasuna inspiratzen eta elikatzen duen maitasun handiena da.

Jainkoak bere burua agertu dit lasaitasunaren horizonteetan, eta haren zoriona dastatu dut nire izatearen iturrietan, eta haren ahotsa entzun dut nire kontzientzia esnatuan, eta kontzientzia osoz jasotzen dut etengabe blaitzen nauen haren argia.

Pentsamendua da indarrik malguena, kontzientziaren bibraziorik sotilen eta gardenenena delako. Pentsamenduak unitate infinitesimaletan bana ditzakezu, baina ez zara inoiz amaierara iritsiko.

Pertsonak ez luke bere burua berekoikeriaren kartzela estuan sartu behar, baizik eta besteak bere lorpenetan eta zoriontasunean sartu, Jainkoaren nahiaren lanerako tresna bihurtuz. Geure buruaz pentsatzen dugunean, pentsa dezagun besteengan; bakea bilatzen dugunean, bilatu dezagun besteentzat ere. Besteei zoriontasuna ekartzeko lan egiten dutenak Jainkoak bedeinkatu eta sarituko ditu.

Utzi zurekin pentsatzen nire pentsamendu bakarra bihurtu arte

Ikusten dugun unibertsoa amets baten barruko amets bat da. Materia ez da energia "izoztua" bakarrik, baita kontzientzia kosmiko "izoztua" ere.

Jauna, lagundu iezadazu eta gidatu nire ulermena eta indarra, zure argia buru ilunetara eramanez

izan dezadan, zure jakinduriaren izpiekin argitu eta distira egin dezaten. Eta barkamen errukitsuaren boterearen bidez, utzi nazazu zuregana etortzen miseriaren bideetan estropezu egiten duten anai-arreba guztiekin.

Jainkoa ezagutu nahi duenak maitasun maila gorena izan behar du bihotzean, dirua maite duen avaroak, maitea irrikatzen duen maitale batek eta aire pixka bat irrikatzen duen itota dagoen pertsona batek bezala.

Gauza materialen plazerra gutxitu eta desagertzen da, baina deskribaezina den jainkozko poza ez da inoiz gutxitu edo desagertzen

Utzi jainkozko maitasunaren haizeak zure irribarre distiratsuak zabaltzen, haien argiak besteen bihotzetako iluntasuna uxatu eta uxa dezan.

Oro har, maitasunak gorrotoak baino indar psikologiko askoz handiagoa eskatzen du, baina jakintsuek maitasuna gorrotoa baino errazagoa aurkitzen dute, izaki guztiak goi-niaren parte direla eta kontzientzia kosmikoarekin estuki lotuta daudela ikusten baitute.

Bakea da gaitz guztien sendabidea, eta maitasunez betetako bihotzak dituzten, lasaitasunaz gozatzen duten eta ekintza onak egiteaz pozten diren pertsonak bakearen zaporea ezagutzen dute, bizitza zoriontsu ororen baldintza beharrezkoa eta oinarrizko zutabea baita.

Eman maitasuna bihotz gogortua dutenei, bakea kezka eta depresioaren biktimei, gozotasuna umore mingotsa dutenei, poza miseria eta minak zama daramatenei, eta izan adibide ona akatsen bideetan dabiltzanentzat.

Ez dago besteekiko harremanetan zintzotasuna eta zintzotasuna baino gauza handiagorik. Erraza da lagunak egitea zintzotasunik gabe, baina ezinezkoa da lagunak mantentzea zintzotasunik gabe.

Kontzentrazio-egoera sublimak daude, eta meditatzaileak egoera horietara iristen denean, poz espiritual aparteko eta ikuspen loriatsuko egoerak bizi ditu, eta hau dio:

"Leku guztietan bilatu nuena, nirekin eta nire baitan aurkitu nuen, eta haren argia ikusten dut iluntasunaren hormen atzean eta haren presentzia sentitzen dut isiltasunaren sakonean"

Jainkozko maitasuna zeruko arrosen eta pentsamendu distiratsu eta loratzen direnen lorategia da. Gure maitasuna elikatzen du, gure sentimenduak inspiratzen ditu eta gure amets zoriontsuak betetzen ditu.

Jauna, edozein egoeratan aurkitzen ditudan arren, badakit nire hazkunde espiritualaren hurrengo urratsa direla. Ongi etorriak izango dira proba guztiak, badakidalako nire bidean datozen oztopoak eta zailtasunak gainditzeko adimena, ulermena eta indarra ditudala.

Natura-zientzialariek konturatzen diren arren materia energia harrapatua baino ez dela, irakasle

argituak arrakastaz igaro dira ezagutza teorikotik aplikazio praktikora materiaren kontrolaren arloan.

Zure bizitzan zoriontsu izateko erabakia hartu baduzu, ezerk ezingo dizu zure zoriontasuna kendu

Jainkozko maitasun hutsak maitalearen arima edertasunez betetzen du, Unibertsoaren Jaunaren arreta erakartzen du eta bere betiko maitasuna erakartzen du.

Ezagutzen ditut negozio-gizon bikain eta adimentsu asko, sakonean Jainkoa ezagutu eta jakinduria lortu nahi dutenak, baina hala ere beren lanak eta gizarte-konpromiso askok lotzen dituzte, eta horrela, betebeharrak garrantzitsuenak — Jainkoarekiko betebeharra, graduondoko ikasketak eta etxeko bizitza— diruaren eta konpromiso baliotsu eta garrantzitsu gutxiagoren aldarean sakrifikatzen dituzte.

Gu sortu gaituenak maitasun garbi eta espontaneo batekin maitatzea nahi du, eta ez dugu zoriontasunaren zaporea ezagutuko Jainkoari gure maitasuna ematen ez badiogu.

Harrotasuna apaltasunarekin, haserrea maitasunarekin, zirrara lasaitasunarekin, berekoikeria altruismoarekin, gaizkia onarekin, ezjakintasuna jakinduriarekin eta antsietatea lasaitasun eta bakearekin garaituko ditut.

Gure bihotzetan bihotz errukitsu bat sortu behar da, besteen zauriak baretzen dituen eta haien bihotzetik tristura eta mina kentzen dituen.

Paramahansa irakasleak ikasle bati esan zion:

"Zure ohitura onek laguntzen dizute ohiko eta ezagun egoeretan, baina baliteke ez izatea nahikoa zure bizitzaren norabidea gidatzeko arazoak sortzen direnean eta berezko bereizketaren beharra sortzen denean. Hausnarketa sakonarekin, beti bereiz dezakezu ongiaren eta gaizkiaren artean eta erabaki zuzena hartu dezakezu guztian, nahiz eta egoera ezohikoei aurre egin."

Ezin dugu Jainkorik gabe bizi segundo batez ere. Haize leunen bidez laztantzen gaitu, eguzki izpien bidez bizitasuna ematen digu eta jaten dugun janaria ematen digu. Ingurukoen bihotzetan dago, eta bera da gure maite eta geure burutzat har dezakegun bakarra.

Apaltasunak usain gozo eta erakargarria du, pertsona xumea guztiontzat maitagarri bihurtzen duena.

Betikotasuna eta infinitua bezalako gauza handiei buruz pentsatzen trebatu behar dugu geure burua.

Jainkoak bere lan bikainak agerian uzten ditu sorkuntzaren edertasunean, baina ez du agerian uzten edertasun bikain horietan ezkutatuta eta gordeta dagoenik.

Buru sendoa baduzu eta erabaki irmoaren lurzoruan landatzen baduzu, eta zure fedea sakona bada, zure ideiak gorpuztu eta lorpen handiak lortu ditzakezu lurrean.

Bizitza sinplifikatu egin behar da, eta gauzak erraztasunez eta erosotasunez kudeatu. Zoriontasuna hausnarketarako eta introspekziorako denbora izatean datza. Saiatu noizean behin bakarrik denbora pasatzen, lasaitasunetik eta baretasunetik datorren barne bakeaz gozatuz.

Gaizkiak badu bere boterea; bere bideei jarraitzen badiezu, menderatuko zaitu. Irrist egiten baduzu, berehala itzuli behar duzu jainkozaletasunaren eta zuzentasunaren bideetara.

Onartu, Jauna, nire arimaren irrika eta mendeetako maitasuna, nire bihotzeko altxorrean zuretzat gorde dudana.

Nire lasaitasunaren santutegian, lorategi bat landatu nizun eta nire maitasunaren arrosekin apaindu nuen.

Bihotz irrikaz, gogo irrikaz eta arima irrikaz, Zure izate guztiz inguratzailearen oinetan jartzen ditut nire irrika espiritualen eta jainkozko maitasunaren lore guztiak.

Egun bakoitza Jainkoaz pentsatuz eta harengan meditatuz agurtuko dut

Zeruko izar distiratsu bakoitza, pentsamendu garbi bakoitza, ekintza on bakoitza leiho bat da, zeinetatik zuri begiratzen diodan, ene Jainkoa.

Entzun dezadan zure ahotsa, Jauna, meditazioaren kobazuloan aurkituko dut betiko zeruko zoriona neure baitan; orduan bakeak beteko ditu nire bihotza eta nire izatea, bai isiltasunean bai jardueran.

Azpimarratu lasaitasuna eta bakea eta bidali maitasun eta borondate oneko pentsamenduak mundu honetan bakean eta harmonian bizi nahi baduzu.

Jende gehienak besteen kopia itsusiak dira, besteek esaten eta egiten dutena imitatzen dute. Pertsona batek bakarra izan behar du eta bere izaera berezitik onena erakutsi.

Zoriontasuna lortzeko etsi baduzu, poztu eta ez galdu itxaropena, zure arima beti alai dagoen Espiritu Handiaren isla baita, eta bere funtsean, zoriontasunaren iturria.

Zure buruko arretaren begiak ixten badituzu, ezingo duzu zoriontasunaren eguzki distiratsua ikusi zure bizitzaren horizontean. Baina zure buruko betazalak zenbat estu itxi arren, zoriontasunaren eguzkiak zure buruko ganbera itxietan sartzen saiatuko da oraindik.

Ireki lasaitasunaren leihoak eta zoriontasunaren distira bat-batekoa ikusiko duzu zure baitan, izpiritu alaiaren izpiak hauteman daitezkeelako zure pentsamenduak barrura begiratzen badituzu.

Meditazioak laino kosmikoa garbitzen du autokontzientzia existentziaren maila eta horizonte altuagoetara igotzen hasten denean.

Asmatzaile oro behar materialak bultzatzen du; beharra asmakizunaren ama da. Era berean, jakintsuak —beharrez— bilaketa espiritual sutso bihurtu ziren. Barne-poztasunik gabe, kanpoko zorte on batek ere ezin zuela zoriontasun iraunkorra ekarri aurkitu zuten.

Ilargi bakar batek gauaren iluntasuna uxatzen du. Era berean, Jainkoaren argiak eta ezagutzak argizatutako arima batek, jainkozko maitasunean errotutako arima batek, besteen arimen iluntasuna uxatzen du noranahi, maitasunaren, ulermenaren eta bakearen argia zabalduz.

Lagunak izateko, benetako maitasuna erakutsi behar diegu besteei. Adiskidetasunaren ate magnetikoa irekitzen dutenek antzeko bibrazioak [joera eta tenperamentuak] dituzten arimak erakarriko dituzte.

Zoriontasuna lurreko proba eta esperientzia bikoitz guztien bidez argitasun psikologikoa mantentzean datza.

Bihotza norbaitekin dagoenean, pertsona horren ezaugarri guztiak erakartzen ditu. Jende ona pentsatzen duenari, haien ontasuna transferitzen zaio, eta jendea inspiratzean maitasunez zentratzen denari, inspirazioak iristen zaizkio, eta kontzientzia bizia, moral noblea eta asmo ohoragarriak dituztenekin lotzen denak, pentsamenduan ere, haien noblezian eta moralean parte hartzen du, adimenak iman bat bezala erakartzen baitu [eta antzekoak antzekoa erakartzen du].

Jainkoarenganako maitasun uholde izugarri batek irrika biziko arimaren bihotza gainezka egiten duenean, hitzak ez dira gai esperientzia deskribatzeko. Maitasun hau arimaren sekretu bat da, Jainkoarekin lotura sakona, norberaren iluntasuna kontsumitzen duen su sakratu baten antzera,

bilatzaileari Jainkoaren argia hautematen eta haren hurbiltasuna sentiarazten uzten diona.

Kopa txiki batek ezin du ozeanoa bere baitan eduki. Era berean, giza kontzientziak, pertzepzio materialaren muga fisiko eta mentalengatik mugatuta, ezin du kontzientzia kosmikoa eduki, nahia zenbaterainokoa izan arren. Hala ere, meditazio sakon eta koherentearen bidez, giza kontzientzia goratu eta bere pertzepzioa zabaltu daiteke kontzientzia kosmikoa ukitzeraino.

Behin, New Yorkeko gizon bat hurbildu zitzaidan [nire hitzaldi bat amaitu bezain laster] eta bere gorputz fisikoa utzi eta bere gorputz astralean bidaiatu zezakeela esan zidan. Nik esan nion: "Ez dut uste gaitasun hori duzula imajinatzen ari zarenik". Baina probatu nahi izan ninduen, beraz, baiezkota eman nion, esanez: "Oso ondo, orduan jaitsi beheko solairura zure gorputz astralean eta esadazu zer dagoen jatetxean". Une batez isilik egon zen, eta gero esan zuen: "Eskuineko izkinan piano handi bat dago". Banekien imajinatzen ari zela, bere arnasketa eta pultsua normalak zirelako, beraz, esan nion: "Aitzitik, uste dut hara joanez gero, bi emakume aurkituko zenituzkeela mahai baten inguruan eserita". Nire iradokizunaz iseka egin zuen, beraz, esan nion: "Goazen jatetxera elkarrekin orain". Iritsi ginenean, aipatu zuen izkinara joan ginen, baina ez zegoen pianorik; horren ordean, bi emakume aurkitu genituen mahai baten inguruan eserita. Azkenean, gure lagunak konturatu zen bere engainuek engainatu zutela.

Jainkoarenganako fedea eta barne-harmonia dira pertsona batek bizitzako zamak eramateko laguntza eta euskarririk handiena.

Jainkoaren ahotsa entzun behar dugu pentsamendu osasuntsuetan oihartzuna egiten. Pentsamendu onak Jainkoaren eta aingeru-espirituen bultzadak bezalakoak dira, guri gidatzeko eta laguntzeko. Satanek ere gizateria menperatzen saiatzen da bere xuxurla satanikoen bidez, pentsamendu gaizto, asmo gaizto eta motibo ezpuru gisa agertzen direnak, eta ezin dira pentsamenduaren eremua okupatu eta kontzientziaren espazioa kutsatu.

Bilatzaile baten otoitza bere bihotzaren sakonetik sortzen denean, bere hitzak Jainkoarenganako maitasunez blaitzen dira, eta besteek bere eragin espiritualala sentitzen dute eta jainkozko maitasuna bizi dute bere presentzian. Hala ere, bilatzaile horrek indarrik ez badu, ingurukoek maitasun hori lapur diezaiokete. Hori gertatzen da bere espiritualtasuna goraipatzen eta miresten hasten direnean. Besteak inspiratu ditzaketelako handiak direla sentitzeak kontsumitzen baditu, ahultasuna sartzen da, harrotasunak bihotza hartzen die eta, ondorioz, Jainkoarenganako maitasuna galtzen dute.

Giza adimena gaixotasunen aurka borrokatuz eta zailtasunak gaindituz indartzen da Adimena ahultzen duen edozer etsaia da, eta indartzen duen edozer bakearen babeslekua da Bizitzako gertaerei ausardiaz eta sendotasunez aurre egin Jainkoak erakutsi dit bizitza hau amets kosmiko bat dela Gure kontzientzia espiritualala esnatzen denean, bizitzako esperientziak

poz eta atsekabearen amets labur gisa gogoratzen ditugu, eta konturatzen gara Jainkoarengan hilezkorrak garela.

Paramahansa jakintsuak bere dizipuluetako bati esan zion:

Zabaldu zure maitasun erreinuaren mugak pixkanaka zure familia, zure bizilagunak, zure komunitatea, zure herrialdea, herrialde guztiak eta izaki bizidun guztiak barne hartzeko. Izan zaitez lagun unibertsal bat, zeinaren bihotza Jainkoaren izakiekiko errukiaz eta adeitasunez gainezka dagoen, eta zabaldu maitasuna nonahi.

Bihotzen aztertzaileak ez du gure bihotzak baino nahi guregandik

Jainkoa ez da bilatu behar irabazi pertsonalerako, baizik eta Haren irrika, desira eta maitasun garbi, irmo eta fokatuarekin erregutuz.

Pertsona batek Jainkoarekiko duen maitasuna bere gorputz fisiko hilkorreakiko duen atxikimenduaren berdina denean, orduan Jainkoa harengana etorriko da.

Murgiltze batean edo bitan perlarik harrapatzen ez duenak ez dio itsasoari errua bota behar, baizik eta bere murgiltze-metodoari eta sakonera faltari.

Kontzientziaren itsasoan sakon murgiltzen denak jainkozko presentziaren perla aurkituko du.

Bakea isiltasunaren pitxerretatik isurtzen den zeruko edaria da

Aldi baterako etsipen eta frustrazioen hodei grisen atzean, lorpenen izpiak distira egiten dute beti

**Zoriontasuna, arrakasta eta lasaitasuna
Jainkoaren nahiarekin meditazio eta erregu bidez
harmonizatzeko ahalegina egiteagatik datoz, hau
baita bizitzaren ehuna indar kosmikoekin harmonian
ehuntzen duen indarra.**

**Bizitzako motibazioa ekintza onak egitea eta
maitasun eta bake aura zabaltzea izan beharko
litzateke.**

**Zure izaera denboragabea da, beraz, ez zamaru
zeure burua muga materialekin eta munduko
mugapenekin. Galdutako aukeren damu oro eraldatu
lorpen berrietarako baikortasunean, eta horrek
gogobetetasuna eta poza ekarriko dizkizu.**

**Sinplifikatu zure bizitza, bizitzako plazer txikiez
gozatzeko denbora asko izan dezazun**

**Unibertso harrigarri eta miragarri honetako
atomo bakoitzean, Jainkoak etengabe mirariak egiten
ditu**

**Jainkoa da ezjakintasunaren iluntasuna etengabe
uxatzen duen argia. Gure arimen lurra elikatzen duen
bizitzaren ibaia da.**

**Pentsamendu harmoniatsuak harmonia eta
akordioa sortzen ditu disonantzia eta desadostasun
mota guztiez beteta dagoen mundu honetan.**

**Gure gaitasunen barruan ekintza noble eta
ederrak egiteko bulkada da lorpen merezi guztien
atzean dagoen indar sortzailea. Perfekziora jotzen
dugu, gure arimak beren izaera espiritualarekin eta**

**beren iturri jainkotiarrarekin duten batasun
esentzialarekin berriro elkartu nahi duelako.**

**Gaur hemen gaude eta bihar joango gara, amets
kosmiko bateko itzal hutsak Baina irudi iheskor hauen
errealitate ezaren atzean arimaren egia betierekoa
dago**

**Jende jakintsuak ez du nahi zuk obeditzea, baina
haien gidaritza onartzeko prest bazaude, egia esango
dizute, eta zuretzat onena dena, zintzotasun eta
inpartzialtasun osoz.**

**Izan zaitez hazten den eta enbor eta adar berriak
igortzen dituen zuhaitz bizia. Bihotz sendoa dutenek
diote:**

**"Eguzki izpiak ditugu gure bizitzetan, eta lan
egiteko eta itxaropenak eta lorpenen adarrak
askatzeko aukerak ditugu"**

**Ez dago besteeikiko harremanetan zintzotasuna
eta zintzotasuna baino gauza handiagorik**

**Egin ahal duzun guztia, gero atsedean hartu eta
erlaxatu, eta utzi gauzak bere bide naturala hartzen,
indarrez aldatzen saiatu beharrean.**

**Paramahansa maisuak bere dizipuluetako bat
animatuz esan zuen:**

**Zure otoitzak Jainkoarengana iristen badira, ez du
axola zure bekatuak iluntasun ozeanoa baino
sakonagoak eta Himalaia baino altuagoak diren;
Jainkoak barkatuko dizkizu eta ezabatuko ditu inoiz
gertatu ez balira bezala, errepikatu ez nahi badituzu
behintzat. Denbora batez iluntasun geruzen azpian**

hondoratu zaitezke, baina jainkozko suaren txinparta bat zara - inoiz itzaltzen edo hiltzen ez den betiko zuziaren sugar bat. Sugarra ilundu dezakezu, baina ezin duzu itzali.

Norberaren borondatea modu koherentean, lasai eta indartsuan erabiltzeak indar kosmikoak martxan jarriko ditu eta Unibertsoen Jaunaren erantzuna ekarriko du.

Jende askok ez du uste maitasunaren izaera aztertzea beharrezkoa denik. Senide, lagun eta erakarpen handia sentitzen duten besteekiko duten sentimendu gisa definitzen dute. Baina maitasuna askoz gehiago da hori baino. Benetako maitasuna deskribatzeko modu bakarra ariman duen eragina deskribatzea da. Jainkozko maitasunaren txinparta txiki bat sentitzeak pertsona bat hain poz izugarritz betetzen du, ezen zaila baita hura edukitzea. Maitasunak dakarren gogobetetasuna ez datza maitasunaren sentimenduan bertan, baizik eta dakarren pozan. Benetako maitasunak deskribaezina den zoriona ematen digu.

Gorputzaren bizi-indarra dieta orekatu baten, baikortasunaren eta irribarrearen bidez mantendu behar da. Beren baitan poza aurkitzen dutenek konturatzen dira beren gorputzak bizi-energiatik datorren korrante elektriko batez kargatuta daudela, jainkozko borondatearekin eta gogo unibertsalarekin estu lotuta. Irribarrea oso onuragarria da osasunerako. Bibrazio positiboak erakartzen ditu, baikortasunaren horizonteak irekitzen ditu eta barne-bakea eta erosotasun psikologikoa ekartzen ditu.

Mundu osoak ahaztu egin du "maitasun" hitzaren benetako esanahia, eta tamalez gaizki ulertu eta erabili izan da. Olio a olibaren atal guztietan aurkitzen den bezala, maitasunak ere sorkuntza osoa zeharkatzen du. Baina maitasuna definitzea izugarri zaila da, laranja baten zaporea eta zaporea deskribatzen saiatzea bezala. Norberak dastatu behar du laranja bat bere zaporea benetan ulertzeko, eta gauza bera gertatzen da maitasunarekin.

Denek bizi izan dute maitasuna nolabait bihotzean, eta, beraz, badute haren izaeraren ulermen bat, baina ez dakite nola landu, garbitu eta jainkozko maitasun bihurtu. Jainkozko maitasunaren txinparta bat dago bihotz gehienetan gaztetatik, baina askotan galtzen da, jendeak ez baitaki nola elikatu eta garatu.

Bizitza esperientzien eskola bat da, eta denak norabide bakarrean doaz: Jainkoa

Bizitzako eszena aldakorrek benetako bizitza lausotzen dute Gauza ikusezin eta irrealen irudi mugikorren atzean, benetako bizitza kosmikoa dago, bistatik ezkutatuta.

Arazoak eta zailtasunak pertsona batek bere iraganeko ekintzen kontzientzia eza sortzen dira, une eta leku jakin batean egindakoak. Beren egungo sufrimendua esandako pentsamendu eta ekintzetatik dator, zeinak bere kontzientziaren lurzoruan sustrai hartu baitzituen, landare bihurtu eta pentsamendu eta ekintza horien ezaugarriak islatzen dituzten fruituak emanez.

Zailtasunak eta atsekabeak ez dira pertsona bat hausteko eta bere borondatea paralizatzeko datoz,

baizik eta Jainkoa estimatzera behartuta egon behar duen bezala eta bere legeak errespetatzera, eta horien bidez benetako zoriontasuna lor dezake.

Paramahansa irakasleak dizipulu talde bati esan zion:

Landu mundu honetan bizitzeko artea zure barne bakea galdu gabe, eta ibili orekaren bidea autoezagutzaren lorategi harrigarri eta zoragarriira iristeko.

Apaltasunean, autoezagutzaren lore usaintsu eta loratuez jositako ametsen haran bat aurkitzen dugu.

Jainkoaren edertasuna mugagabea da. Ona da arrosak eta loreak gozatzea, baina haien edertasunaz gozatzea baino handiagoa da Jainkoaren aurpegia ikustea haien garbitasun eta edertasunaren atzean. Musikatik eratorritako plazerra, musikarekiko maitasuna bera, ezin da konparagarri Jainkoaren ahots sortzailearekin bere melodietan zehar isurtzen denarekin.

Bakezale diren arimek gizakien eta jainkozko iturrietatik datozen jakinduriaren urak biltzen dituzte Jauna, badakit nire arimaren hitz isilak eta nire bihotzak zuri egiten dizkion eskariak entzuten dituzula.

Saiatu gaitezen beti gure bizitzak edertzen modu guztietan, maitasuna, zintzotasuna eta zintzotasuna besarkatuz, eta egunero auto-hausnarketaren ispiluan begiratzuz eta arimaren sakonean sakonduz.

Ohitura gogaikarren ezjakintasuna azkura edo urratzea bezalakoa da. Zenbat eta gehiago amore eman larruazalaren urratzeko gogoari sentsazio gogaikarria kentzeko, orduan eta gehiago handitzen da urratzeko gogoia, eta zenbat eta gehiago alde batera utzi sentsazio hori eta ez amore eman, orduan eta gutxiago kezkatzen zaitu.

Ezin dira besteen eskubideak urratu, ezta haien lurra, bakea, maitasuna, duintasuna edo haien ondasun material edo ukiezinik kendu ere. Zurea ez dena hartzeko gogorik ez baduzu, behar edo nahi duzuna zuregana etorriko da. Lapurreta lehenik buruan sortzen da, pertsona batek besteen inbidia izaten hasten denean. Desira gaiztoaren haziak burutik errotik atera behar dira.

Irrikak espiritualak agertzearekin batera, gizakiak jakinduriaren zizela aukeratzen du bere bizitza ederki moldatzeko

Naturan dagoen eder guztiari begiratzen diogunean, samurtasun eta erruki sentimendu bat sentitzen dugu gure baitan

Bizitzako edozein urrats garrantzitsu sakonki eta luze pentsatu behar da, eta eguneroko esperientzien sutan aztertu, egoera desberdinetan.

Autosufizienteak direnak dira zuzen bizi direnak. Zoriontasuna pentsamendu hutsetik eta ekintza zuzenetik bakarrik dator. Orain zoriontsu bazara, etorkizunean zoriontsu izango zara, bai hemen bai hurrengo munduan. Zorte ona metatu behar dugu jakinduriaren fruituak bilduz, aukera-eguzkia

distiratzten duen bitartean. Beste era batera esanda, aukerak aprobetxatu behar ditugu beranduegi izan baino lehen.

Bizitzaren bideak irmotasunez eta lasaitasunez ibili, jakinda sormen-ahalmen infinitua zurekin dagoela, lagunduz eta babestuz.

Bizitzaren presio gero eta handiagoari aurre egiteko, denok behar dugu bakardade eta atsedenaldi bat, eta norbanakoek errespetatu beharko lukete elkarren independentzia.

Bizitzaren itzal bakoitzaren atzean Jainkoaren argi handiagoa dago

Eutsi gogor fedearen le mari eta ez izan beldurrik zure bizitzako itsasontzia astintzen duten kanpoko zirkunstantzia kaltegarriez. Sinetsi lortu nahi dituzun "ezintasunak" Jainkoaren laguntzarekin lortuko dituzula, erronka guztiei aurre egiten dien fedearen indarraren bidez.

Auto-harmonia lortzen duzunean, beste guztiekin harmonian egon zaitezke

Mundu hau ez da gure etxea; gure etxea beste aldean dago, Jainkoaren kontzientzia kosmikoan.

Ba al dago harmoniaz, maitasunez eta emankortasunez betetako bizitza emankor bat bizitzea baino ezer zirrargarriagorik?

Arnastu beste pertsonen ideia garrantzitsuen aire freskoa eta aprobetxatu haien ikuspegi distiratsu eta positiboez

Bihotza poz-pezik jartzen zait Jainkoaren maitasuna irrikatzen duten deboto zintzo batzuk ikusten ditudanean. Mundu honetara etorri ginen Jainkoa maitatzearen eta leialki eta apalki zerbitzatzearen fruituak biltzera.

Bizi orainaldian bakarrik, ez etorkizunean. Egin zure onena gaur eta ez begiratu bihar.

Barne-isiltasunaren kobazuloan jakinduriaren iturria aurkituko duzu

Kopetan, bekainen artean, zerurako atea dago. Garuneko zentro hau [begi espiritualaren edo kontzientzia espiritualaren kokapena] borondatearen ardatza da. Zure buruko ahalmena zentro honetan zentratzen duzunean eta zure borondatea astiro bultzatzen duzunean, nahi duzuna lortuko da (Askotan ikusten dugu zerbait gogoratzen saiatzen den pertsona batek inkontzienteki kopetako puntu hau ukitzen duela).

Beraz, ezin da norberaren borondatea erabili helburu gaiztoetarako. Besteei kalte nahita nahi izatea Jainkoak eman dizkigun botereen gaizki erabilera larria da. Zure borondateak bidetik eramaten bazaitu, gelditu, norabide horretan jarraitzeak ez baitu energia espiritualaren xahuketa bakarrik eragiten, baizik eta botere hori galtzea ere eragingo dizu, eta ez zara gai izango onerako ere erabiltzeko.

Gizakiok autokontrolerako gaitasuna dugu. Erabat libre ez bagara ere, askatasunaren giltza dugu. Hala ere, askok modu ausaz bizi dira, Jainkoak emandako

**adimena eta borondate askea erabili gabe
autokontrola lortzeko.**

**Tigrea hiltzeko senaz gobernatzen da eta ez du
aukerarik. Baina gizakiek borondate askea eta
adimena dituzte, eta horrek etengabe hobetu eta
beren estandarrak igotzeko aukera ematen die, sena
eta ohitura kaltegarrien preso geratu beharrean.**

**Behin trenez bidaiatzen ari nintzela, eguraldia oso
beroa zen, eta airea labe batetik zetorrela zirudien.
Inguruko guztiak bero biziaren ondorioz sufritzen ari
ziren, baina nik barrutik irribarre egiten nuen, nire
burua beroaren ideiatik urrunduta zegoelako, labean
beroa sortzen duen elektrizitate berak hozkailuan
izotza sortzen duela konbentzitura bainengoen neure
burua, eta une hartan izotz geruza batek nire
gorputza inguratu izan balu bezala sentitu nuen.**

**Maitasun eta desio onen olatuak besteei bidaltzen
dizkiedanean, jainkozko maitasuna niregana
etortzeko ate bat irekitzen ari naiz.**

**Saiatu zure bizitzako gauza gogaikarrietatik
kentzen, edo beharrezkoa bada onartzen,
psikologikoki trabarik egin gabe.**

**Pertsona bat garbi egon badaiteke, ez dago zikin
egon beharrik**

**Jauregi batean bizitzeari bezainbeste atxikita
egon daiteke norbait etxola batean bizitzeari**

**Arrakasta espiritualala lortzeko faktore
garrantzitsuena ahalegina egitea da**

**Mundutarrek Jainkoaren dohainak bilatzen
dituzte, baina jakintsuek Emailea bera bilatzen dute**

Gauez, munduaren eskakizunetatik erabat aldentzen naiz eta erabat deskonektatzen naiz bertatik, nire borondatearekin bakarrik gidatzen ditut nire pentsamenduak, nahi diren bideetatik bideratuz erabaki egokia hartu eta nola gauzatu erabaki arte. Ondoren, nire borondatea motibatzen dut ekintza egokiak egitera, eta Jainkoaren laguntzarekin, arrakasta lortzen dut. Horrela, nire borondatea eraginkortasunez erabili dut askotan, baina hori modu koherente eta jarraituan erabiltzearekin bakarrik da posible.

Horizonte urdinean margotutako mendien irudiak, giza gorputzaren mekanismo miragarriak, arrosek eta zeta berdeko alfonbrak, arimen nobleziak, gogoen handitasunak eta maitasunaren sakontasunak, horiek guztiek Jainko ederra eta noblezia eta noblezia guztien iturria gogorarazten digute.

Pertsona batek bere izaera modu orekatuan garatzen saiatzen ez bada —mentalki, materialki eta espiritualki—, ez du benetako zoriontasuna dastatuko. Ikuspegi espiritualak jakinduriara bultzatzen gaitu, eta ez da zentzuzkoa egoak jakinduria, epaiketa ona eta bereizketa menderatzen uztea; aitzitik, azken erabakia ikuspegi eta kontzientziaren esku egon beharko litzateke.

Jainkoari buruzko ideia baten irrikaz eta maitasunez betetzen baduzu bihotza eta zure baitan gordetzen baduzu, Unibertsoaren Jauna etorriko zaizu eta ideia hori onartuko dizu, jainkozko irrika Jainkoaren bihotza ukitzen baitu.

Jainkoarengan seguru zaudenean, denaz gozatu dezakezu atxikimendurik gabe. Beraz, oso garrantzitsua da Jainkoa ezagutzeko ahalegina egitea, bestela bizitzak hutsik egin zaitzake eta zure itxaropenak modu izugarrian hautsi.

Gure denbora igaroko da, eta orain ikusten duguna desagertu egingo da egunen batean. Aldaketa ona da, baldin eta ez badiozu kalterik egiten uzten, eta min ematen duenean, abisu gisa balio du, bete ezin badituzu sufrimendua eragingo dizuten desioak alde batera uzteko.

Unibertsoko guztia elkarri lotuta dago eta elkarren artean estuki lotuta dago. Jainkoak eman digun giza adimena behar bezala erabiliz, konturatzen gara bizitza guztia Adimen Gorenarekin lotuta dagoela.

Giza adimena liluratzen duen sorkuntza fisiko osoak unibertsoaren mirari harrigarrien zantzu zirraragarriak baino ez ditu ematen.

Ez da inolako zereginik egin behar buru nahasi eta asaldatu batekin, haizean luma bat bezala. Aitzitik, betebegar guztiak barne eta kanpoko bakearekin, lasaitasunarekin eta autokontrolarekin, adimenarekin eta kontzentrazio handiarekin bete behar dira.

Egunero denbora pixka bat Jainkoari buruz sakon hausnartzeko eta berari erregutzeko eskaintzen badiozu, trukean erosotasun handia eta benetako zoriontasuna jasoko dituzu.

Egunero esker oneko eguna izan beharko litzateke bizitzaren opariengatik: eguzkia, ura, fruta eta barazki gozoak, emaila handienaren zeharkako opariak direnak: Jainkoa.

Neure buruaren erregea naiz, ez ondasunen erregea. Ez dut ezer, baina nire bakearen erreinua gobernatzen dut, eta betiko poztasunaren tronuan koroatuta nago.

Lasai zaudenean, zoriontasun mundu bat sentitzen duzu zure baitan taupadaka

Giza maitasuna ez da zentzurik Jainkoaren maitasun baldintzagabea errotuta ez badago. Gizon eta emakume gazte bat maitemindu daitezke, baina denbora baten ondoren, desadostasunak eta gorrotoak ordezkatzeko dituzte. Giza maitasuna inperfektua da, jainkozko maitasuna, berriz, perfektua eta betierekoa.

Jainkozko maitasuna bizitzeko modu bakarra Jainkoari atsegin emateko dena egitea da, eta ikusiko duzu Jainkoa espero ez duzun moduan datorrela zuregan, eta bere pozak gainezka egingo zaitu eta bere argiak distira egingo dizu.

Nire nahia Jainkoarentzako tenpluak eraikitzea da jendearen arimetan eta haren irribarre bedeinkatua aurpegietan distira egiten ikustea. Bizitzako lorpenik handiena pertsona batek bere ariman Jainkoari tenplu bat eskaintzea da, eta hori erraz lor daiteke.

Jende asko etortzen zait beren kezkei buruz hitz egitera, eta lasaitzeko, hausnartzeko eta beste irtenbiderik ez kontuan hartzeko eskatzen diet, bakea

eta lasaitasun espiritualala sentitu arte. Adimena lasai dagoenean eta Jainkoarenganako fedea sendoa denean, arazoen irtenbideak agertuko dira nahitaez. Arazoak alde batera uzteak ez du bermatzen haien desagerpena, ezta haiei buruz kezkatzeak emaitza positiboak ematen ere. Meditatu lasai sentitu arte, gero pentsatu zure arazoaz eta otoitz egin Jainkoari sutsuki bere laguntza eskatzeko. Zentratu arazoan, eta irtenbidea aurkituko duzu kezkarik edo ahalegin handirik gabe.

Jauna, jo itzazu zure doinu hilezkorrek nire bizitzako txirulan, zure doinu santuen bibrazioek bedeinkatua izan nadin.

Oso garrantzitsua da emozioak kontrolatzea zoriontasunerako eta lasaitasunerako. Orduan, inork ezingo zaitu gogaitu edo inbidia piztu zure baitan, eta sendo eta harro mantenduko zara sakonean, eta inork ezingo dizu erronka egin edo zure bakea asaldatu.

Apaltasuna da jainkozko errukiaren euria jasotzeko modurik ziurrena

Batzuetan jendeak uste du Jainkoa urrun dagoela beraingandik, unibertsoko leku urrun batean, eta horregatik ez diote deitzen. Baina hurbilago baino hurbilago dago eta maite bat baino maiteagoa beragan pentsatzen dutenentzat eta gertukotzat jotzen dutenentzat.

espirituala



Arima esnatu behar da
Ahultasunaren lozorrotik eta frustrazioaren kateetatik
Eta bere emanazioa jakinduriaren, argiaren eta
bakearen eremura
Hainbat modu daude hau egiteko
Horien artean autokontrola dago
Elikadura egokia
Ausardia eta printzipioekiko irmotasuna
.Egoera psikologiko egonkorra
Eta ausardia erronkei aurre egiteko
Eta kontzientzia zentzumen-distrakzioetatik arintzeko
Alde positiboetan intelektualki zentratzea
Bizitzako borroketan garaitua izateari uko egin zion
Porrota onartzeak erabakia ahultzen duelako
Botere espiritual mugagabeak aktibatzea
Sortzaileak gizateriari eman zion

Eta Jainkoa kontenplatzen norberak bere presentzia
ukitu arte

Jainkoaren existentziaren adierazle zehatzenak

Hori hausnartzean hazten den poza da

.Adimena libre dagoenean

Aurreiritzietatik, alborapenetatik eta injustiziatik

Eta pentsamolde estua desagertzen denean

Besteekin enpatizatzen dugunean

Uste dugu gurtza-etxeak, beren aniztasun osoan

.Jainkoaren etxeak dira

Bizitza borroka bat eta bete beharreko betebeharrak

dela konturatzen garenean

Eta aldi berean, amets labur bat

Jainkoa maitasunez pentsatzen dugunean

Besteak zoriontsu egiteko lan egiten dugu

Hitz onekin eta zerbitzu altruistarekin

Orduan konturatuko gara Jainkoa gurekin dagoela

Eta berarekin harreman estuan gaude

Errutina Kosmikoa: Boterearen eta Adimenaren artean

Batzuek ez dute konturatzen

Badago aldea indarraren eta adimenaren artean

Elektrizitatea boterea da

Baina lanpara batean jartzen ez bada behintzat

Ez du erabil dezakegun argia emango

Bonbillari elektrizitatea jartzen dion adimena da
Naturaren indar guztiek ezin dute
Bere kabuz behar bezala funtzionatzeko
Gidatu eta koordinatuko adimenik gabe
Horrela ikusten dugu adimen kosmikoaren fabrika
Modu koordinatuan funtzionatzen du
Lurrinak gauzak mugitzeko ahalmena du
Suak ura lurrin bihurtzen du
Bi indar besterik ez dira hauek
.Naturaren indarretatik
Baina beren egoera naturalean, otzan
Ez dute inolako onura nabarmenik sortzen
Baina adimenez erabiltzen direnean
Eta gidatu itzazu behar bezala
Gizateriari zerbitzu handia eskaintzen diote
Honetatik ondorioztatzen dugu
Lurra eta unibertso osoa
Errutina zorrotza jarraitzen dute
Giza bizitza posible egiten duena
Errutina kosmiko hau
"Edo "zeruko gorputzen erritmoa
Jainkozko gogo goren baten produktua da
Unibertsoa ez litzateke existituko Bera gabe
Eta giza adimen mugatuak ez du botererik
Bere sekretu eta misterioen berri izateko
Deialdia
Oi Jainkozko Argia
!Materiaren atomo iragazkorrak
Ezkutuan eta ikusezin zaude
Zentzumenek ezin zaituzte hauteman
Eguzki-argitan ala ez
urre epela
Edo ilargiaren zilarrezko soka hotzetan
Zeruko lanparak natura agerian uzten dute
Baina ez dizu erakusten

Materiaren mundu ikusgaia
.Argi bizen ondorioz
Iluntasuna besterik ez da nire begietarako
Trebatu nire ikuspegia zure ezkutuko distira
hautemateko

Sorkuntza guztian agertzen da
.Garuneko eskualdean
Giza garuna, barne
Topografia eta tolesturetatik abiatuta
.Arteria-kanalak ditu
Eta odol-hodien ibai ilunak
Herrialde handi baten bertsio txikia da
?Eremu dotorea al da hau
?Ez al dago jainkozko biztanlerik
?Poetarik gabeko poemarik ba al dago
?Edo egilerik gabeko erloju bat
?Edo diseinatzailerik gabeko arrosa bat
Ez, batere ez
Era berean, garuneko eskualdea
Edertasun ezkutua
.Bidez sortu zen
Adimen harrigarri eta apartekoa
Nor bizi den areto bikain honetan galdetzen diot neure
buruari

Bere hormak eginda dituela
hezur-ehun itsasgarriak
Eta bere osagai harrigarriak
?Zeinek saihesten du imitazioa
Burezurraren azpian eremu bat dagoelako
Milaka milioi zelulaz beteta dago
Bizi-indarra eta adimentsua
Eta etengabe lanpetuta
Jarduera oso nekagarri eta konplexuekin
garuneko partikula txikiak
Etenik gabe funtzionatzen du

.Funtzio desberdinekin
Banketeak prestatzea
Azterketa mikroskopikoak
Ongi etorri gonbidatuak
.Zentzumenen ateetatik
Erosketa eta salmentaren antzeko zerbait dago
Jarraian dauden eragiketak
Xurgapenetik eta drainatzetik
Eta ontzi txikiak bezala
Odol-zelulak mugitzen dira
Arteria-hodien erdian
Ezinbesteko hornigaiekin beteta
Hainbat mota eta barietate
Adeitasunaren Sortzaileak inspiratuta
Harrotasunak itsutasun espirituala eragiten du
Arimatik kanporatzen duelako
Hedadura zabalaren ikuspegia
Arima handietan bizi dena
Jende bikainak konturatzen da
Haien botereak maileguan hartuak dira
Jainko Ahalguztidunarengandik
.Apalak maite dituen
Eta ezagutzen, gidaritzan eta indarraz handitzen ditu
Pertsonak ala ez
negozio-gizon arrakastatsua
Edo politikari trebe bat
Edo diktadore tirano bat
edo erreformatzaile handi bat
Bere boterea ez da ezer
Jainkoaren botere infinituarekin alderatuta
Apaltasuna ate irekia da
Zeinetatik errukiaren ugaritasuna isurtzen den
.Maitasuna eta lasaitasuna
.Arima onekoei
.Ongiaren maitalea

Eta argiekiko hartzailea
Eta zeruko bedeinkazioak
Ilunpea ezin den bezala geratu
Argia distiratzten duen lekuan
Horrela desagertu beharko litzateke gaixotasunaren
iluntasuna
Jainkoaren argia gorputzeko zeluletan distiratzten
duenean

Gutxi dira egia horretaz jabetzen direnak
Jendeak sendatzeko gogo handia sentitzen duenean
Bihotz nahasiekin otoitz egiten dute
Edo etsipen sentimendu batekin
Jainkoak ez dituela haien otoitzak entzungo pentsatuz
Edo otoitz egiten dute baina ez dute itxaroten
Horrela jakingo dute beren otoitzak Jainkoarengana iritsi
diren ala ez

Entzutea ezinezkoa den bezala
Irrati-uhinetan emititzen den musikaren harira
Hartzaile akastun bat erabiltzea
Beraz, bibrazioak ezin dira detektatu
Jainkoagandik datozen osasuna, indarra eta jakinduria
Beldur eta kezkengatik psikea gaizki funtzionatzen
duenarekin

Antsietate, zalantza eta ziurgabetasun mota guztiak
Gogora dezagun eta eskerrak eman diezazkizugun,
Jauna

.Pobrezian eta oparotasunean
Gaixotasunean eta sendatzean
Iluntasunean eta argitan
Egoera guztietan
Gogora ditzagun esker onez ongizate egunak
Zuk eman diguzuna
Lagundu iezaguzu fedearen begiak irekitzen
Ikus dezagun zure argi bedeinkatua
Gaixotasun eta gaitz guztien sendatzailea

Barneko poza berriro dastatuko dute
Mugimenduaren legea kausa eta efektuaren legean edo
ekintza eta erreakzioaren legean oinarritzen da
Bizitza honetan on jaiotako pertsona aurreko enkarnazio
batean ere hala izan zen {beren eskuek egindakoagatik}.
Eta ongia egiten saiatzen badira, ontasunaren eskala gero
eta gehiago okertuko da haien alde: "Dunari, gehiago
."emango zaio, eta ugari izango du
Ezaugarri on gutxi batzuk baino ez dituztenek apurra
ere gal dezakete, izan ere, "ez dena kenduko zaie",
erasotzen eta gainditzten dituzten joera gaizto indartsuen
."ondorioz

Gaizkirako joera duen pertsona batek aurreko bizitzan
joera gaizto hori izan behar du, eta joera gaizto horiek
areagotu eta kontrolatu egin ditzakete. Joera okerren bat
dutenak horrelakoak ziren lehenago, eta onak txarra baino
handiagoa bada, orduan bertutezko ezaugarriek joera oker
."horiek kanporatuko dituzte haien arimetatik
Kausa eta efektuaren legearen (karma) funtzionamendu
naturala da hau. Hala ere, ez litzateke babesgabe eta
harrapatuta sentitu behar ohitura desatseginak baditu eta
horiek kendu nahi baditugu. Orain da une egokia ohitura
horiek gainditzeko, iraganeko erabakia eta pentsamendu
."sendoa landuz

Pertsona batek ohitura txarren menpe askatu eta
ohitura onak sor ditzake pentsamenduan eta ekintzetan, eta
."horrek nahi dituen emaitzak ekarriko dizkio

Pertsona batengan ohitura txarrak zenbateraino
errotuta egon arren, gogoratu behar du berak sortu dituela
ohitura horiek pentsamendu eta ekintza zehatzak
errepikatuz, eta ohitura txar horiek onekin ordezkatu
."ditzakeela pentsamendu positibo eta eraikitzailearen bidez

Pentsamendu onak eta txarrak giza kontzientziaren
egoera kontrajarriak dira. Jakina, hobe da amets atseginak
izatea amesgaizto beldurgarriak jasatea baino. Kontzientzia

malgua eta sentibera da; nahi duen egoera har dezake edo
.erakargarriak zaizkion ametsak egin

Baina jendearen arazoa da beren kontzientziaren
eremua —beren borondate eta aukera askearen arabera—
iraganeko ohituretatik sortutako joera desbideratu eta
orientazio okerren menpe egotea uzten dutela. Horrela,
haien bereizmen-ahalmenak iheskorrak eta noraezean
geratzen dira, bereizmenaren eta pertzepzioaren
.gotorlekuen atzean errotutako zaintza metafisikoa bezala
Ohitura kaltegarriek mozkortutakoek bizitza ez-natural
baten min mingotsa dastatzen dutenean, ulermenaren eta
bizitza zuzenaren argira joko dute salbazioaren bila, ohitura
.txarrak zenbateraino errotuta eta sakon errotuta egon arren
Orduan, bizimodu harmoniatsuak praktikatzuz ohitura
onak garatzen eta sustatzen lan egiten badute, barne-poza
berraurkituko dute eta bakea gozatuko dute autokontrolaren
.eta ohitura onak lantzearen emaitza natural gisa

Benetako adiskidetasuna
Truke positiboa esan nahi du
konpromiso emozionala
Lagunak hobeto sentiaraztea esan nahi du
.Larrialdi garaietan
Eta haiekin sinpatia izatea
Beren atsekabe eta atsekabeetan
Eta aholkuak ematen dizkie
.Egoera kritikoetan
eta laguntza ekonomikoa
Benetako beharrian uneetan
Pertsona bat bere buruarekin zintzoa denean
eta besteen lagun leial bat
.Hautagai bihurtuko da
Jainkozko adiskidetasunaren nektarra dastatzeko
Besteek gure maitasuna sentitzen dutenean
Maitasun hori maitasun osoa bihurtuko da hedatuz

Bihotz guztietan isurtzen da
Bizitzaren taupada bedeinkatuarekin harmonian
Sentimendu atseginak transmititzeko porrota
Horrek esan nahi du auto-hedapenaren legea alde
batera uztea

Zeinen bidez arimaren pertzepzioak zabaltzen diren
Jainkozko presentzia ukitzeko
Konfiantza ezartzen dugunean
Onartzen duten besteen bihotzetan
Eta gure maitasunaren mugak zabaltzeko gai gara
Biztanleriaren segmentu handiagoak barne hartzeko
Orduan gure kontzientziaren esparrua zabaltzeko ahal
izango dugu

Eta bere jaurtiketa kontzientzia kosmikoaren
atalaserantz

Bi gauza denek nahi dituzte salbuespenik gabe
Gizakiak kanpotik bereizten dira elkarrengandik beren
osaera psikologiko eta emozionalean, bizitzan betetzen
dituzten roletan, egiten duten lanean eta barruan pizten
dituzten desioetan. Baina desberdintasun horien guztien
azpian pertsona guztiek —salbuespenik gabe— desiratzen
.eta behar dituzten bi gauza daude

Bi gauza hauek dira sufrimendu eta behar mota
guztietatik askatzea, eta zoriontasun iraunkorra baldintzarik
gabe lortzea; edo bakea, maitasuna, jakinduria eta poza
.barne hartzen dituen asebetetze osoa
Jendeak ez du bakerik aurkituko bihotzek irrikatzen
duten eta bide eta metodo guztien bidez bilatzen duten
asebetetze hori lortu arte. Hau funtsezko puntua da giza
.egoera ulertzeko

Zoritxarrez, jendeak gogobetetasuna leku okerretan
.bilatzen du eta ez du aurkitzen

Munduan eta munduko gauzetan bilatzen dute,
ondasunetan eta kanpoko egoeretan, eta ulermen sendoan
.eta oinarri sendoetan oinarritzen ez diren harremanetan

Ondorioz, ezinezkoa da pertsona batek zoriontasun
hutsa lortzea edozein zirkunstantziatik edo mundu
honetako edozein pertsonarengandik, sorkuntzaren izaera
.bera kontuan hartuta

Sorkuntza dualtasunaren printzipioan oinarritzen da

Adibidez, ezin duzu irudi bat kolore bakarrean izan;
kontrastea edo desberdintasuna behar duzu Era berean,
ezinezkoa da dualtasunak mundu honetan ez egotea
Gizakion nahiak kontuan hartuta, bakoitzak gauza onak
bakarrik nahi ditu - gauza atseginak, ederrak eta positiboak
- hondakinei, eragozpenei eta bestelako gauza desatseginei
.aurre egin beharrik gabe. Baina hori ezinezkoa da

Dualtasun mundu honetan, ez dago plazerrik minik
gabe, ez dago argirik iluntasunik gabe, ez dago onik gaizkirik
gabe, ez dago bizitzarik heriotzarik gabe. Txanpon baten
alde bat ezin da lortu bestea gabe. Barruan irrikatzen dugun
.hori ezin da aurkitu munduak eskaintzen duen ezertan
Aukera norbanakoaren esku dago. Bilatzen ari direna
leku okerrean bilatzen jarraituko al dute eta frustrazio bat
?bestearen atzetik biziko al dute

Jendeak bere indar eta nahi guztiarekin bilatzen du,
baina ez du bilatzen duena aurkitzen, frustrazioa eta
etsipena sortuz. Gainera, gero eta haserre handiagoa
sortzen du, eta hori, aldi berean, haserre bizian eta, azken
finean, indarkeriazko ekintzetan bihurtzen da. Beraz,
bilatzeko modu okerrak ez du nahi den zoriontasunera
.eramaten

Sortzaile Gorenak zoriontasun osoa eta perfektua nahi
du guretzat, arimaren sakonean bakarrik aurki daitekeena.
Horregatik, Jainkoak unibertso hau sortu zuen bertan ezerk
ez duela giza bihotza asetzen eta bere nahiak betetzen,
zoriontasunaren, zoriontasunaren eta poztasunaren iturrira
.jotzen ez badu, eta hori baita, halaber, bere iturria
Egiaz, zeruetako erreinua gizakiaren baitan dago
.Balantzan oreka

Oreka ideal bat da, kontuan hartzen dituen
Materiala, psikologikoa, emozionala eta espiritual
Batasun harmoniatsu batean, izaera praktikoa du
Pentsamendu sortzailea sustatzen du eta lan
produktiboa sustatzen du
Gutako bakoitzak gorputz osasuntsu bat izan nahi du
Osasuntsu eta oztopo eta ahultasun mota guztietatik
libre

Gure gogoak erne egotea ere nahi dugu
Eta gure emozio eta sentimenduek gure alde lan egiten
dutela, ez gure aurka
Ingurukoekin ditugun harremanak hobetzen laguntzea
nahi dugu
Harmoniosoa eta asegarria, guk izan nahi dugun bezala
Gure izatearen alde espiritualarekin harremanetan
Garai gogorrak izan daitezke
.Presio asko daude
Tentsioak gora egiten ari dira
Halako egoeretan oreka lortzeko
Energia, denbora eta arreta inbertsioa behar da
Oreka ez da lortzen nahien bidez
Aitzitik, benetako plangintzaren eta ahalegin serioaren
bidez lortu behar da
Gure bizitzan oreka behar duten elementu asko daude
Elkarren artean bateraezinak dirudite askok
Adibidez, familiarekiko erantzukizuna
Bizibidea irabaztea eta osasuna mantentzea
Eta printzipio literario eta moralak errespetatuz
Eta beharrezko informazio kopuru izugarriari aurre
egitea
.Gizartearekiko betebeharra
Gure denbora eta energia eskatzen duten beste hainbat
konpromisoaz gain
Denbora gutxi dugu guztiontzat

Baina gure bizitza sinplifikatu behar dugu gure arazoak
murritzeko

Zenbat denbora preziatu alferrik galtzen da gauza
?materialak bilatzen

Onena dela uste dugu, berria eta ezinbestekoa delako
Baina obsesio honek prezio bat du, Budak esanez
adierazi zuena

"Behiak izan nahi dituenak zaindu egin behar ditu"

Gure bizitzak aztertzen baditugu, ikusiko dugu

."panpina" asko axola zaizkigula

Komunikabideek eta iragarkiek konbentzitu gintuztenaz

Ezinbestekoa da gure erosotasunerako eta

zoriontasunerako

Ironikoki, denbora aurrezteko berrikuntzak deiturikoak

Gizaki modernoa lapurtu egin dute

Zer gustatzen zitzaion denbora libreari dagokionez

Gure bizitzako elementu gatazkatsuak orekatzeko

Erreferentzia puntu egonkor bat behar dugu

Ez da aldatzen denborarekin, lekuarekin edo egoerekin

Zenbat eta bizitza konplexuagoa izan, orduan eta

gehiago behar dugu ulertzeko

Eutsi eta fidatu daitekeen oinarri bakarra dela

Jainko Ahalguztidunaren Jainkoa da, bizitzaren fenomeno

.eta agerpen guztien atzean dagoena

Bizitzaren itsaso nahasi eta bortitzaren erdian erreskate-

txalupa da

Bizitzaren kolpe eta atzerapauso mingarrietatik

babesleku seguru bat

Jendeak bere buruan konfiantza du

Jainkoarengan duten konfiantza baino gehiago

Ziur dakiten arren

Azkenean, haiek

.Ezin dute arnasa hartu

Edo oinez edo mugimenduan

Jainkoaren gidaritzarik eta botere zuzenik gabe
 Garunean, bihotzean eta gorputzeko zeluletan gordeta
 Janarian oinarritzera ohituta zeudelako
 airea eta eguzki-argia
 Kanpoko elementu horiek direla sinesten hasi dira
 Berak eusten die eta bizitza ematen die
 Baina ilusio bat da horrela pentsatzea
 Gizakia zuzenean indar bakar baten menpe dagoelako
 Botere hori Jainkoa da
 Jainkoa Goi-goikoa eta Handiena delako
 Eta existitzen den goreneko
 Jendea haren beldurrak hartu zuen
 Maitasunaren, samurtasunaren, errukiaren eta bakearen
 espiritua bada ere
 Ez dut jendearen buruan infernuko su erretzaile bat
 txertatu nahi
 Jainkoa bihotzetik eta arimarekiko maiteena delako
 Ederra da, zeinaren edertasuna beste ezerekin alderatu
 ezin den
 Modu honetan pentsatzen badugu
 Harengandik hurbil sentituko gara eta bera guregandik
 hurbil
 Eta zintzotasunez ahalegintzen bagara
 Erruki eta errukiz irekiko dizkigu besoak
 Eta bihotz osoz eskatzen badugu
 Gero eta irrika handiagoa sentitzen genuen
 harenganako
 .Guregana etorriko da
 Erabat
 -
 Modu ugaritan
 Logikak erakusten digu
 Jainkoa da existentzia honen kausa eta arrazoia
 Baina Jainkoaren existentziaren benetako froga
 Iritsgaitza

Dedukzio arrazionalaren bidez soilik
Jainkoa aurkitu nahi badugu
- Zein da gure existentziaren helburu bakarra -
Haratago joan behar dugu
Pentsamendu prozesu normala
Jainkoa zentzumenen ulermenetik haratago dagoelako
Bere funtsa ezin da ulertu
Beti eta beti nago nire pentsamenduekin okupatuta
.Nahi materialekin
Non plazer eta minaren olatuek astintzen duten
Emozio nahasiek atsekabetzen dute
Egoera gorenera iritsi nahi badugu
Goi mailako kontzientzia eta pertzepzioetatik
Pentsamendua erretiratzea beharrezkoa da
Bere jarduera frenetiko eta amorratutik
Adimena fokatuz eta Jainkoarengan meditatuz
Behin pentsamenduen ekaitza baretu ondoren
Bake gozo eta bedeinkatu bat arimaren gainera jaitsi
dadin
Orduan, dizipuluak lasaitasuna eta ziurtasuna sentitzen
ditu
Ohiko esperientziaren esparrutik kanpo
Bere ikuspegia irekitzen den heinean eta bere gaitasun
espiritualak esnatzen diren heinean
.Zuzenean hautematen du
.Zentzurik gabe
Jainkozko presentzia bedeinkatua
Askotan huts egiten dugu guregandik hurbilen dauden
gauzak ikusteko
Altxor preziatuen ondotik igarotzen gara gelditu gabe
Eta irudimenaren bilaketa jarraitzen dugu
Edo ortzadarrak harrapatzen saiatzen gara
Segurtasuna bilatzen dugu iluntasunean
Gure arimak benetan argiaren irrika badu ere
Gure egarria asetzen ez duten ametsak edaten ditugu

Gure arimak egia gorenaren irrikan dauden bitartean
Existitzen ere ez den miraje baten atzetik gabiltza
Bere itzalean atsedean hartzeko ahaleaginean
Bizitzaren berotik eta uda berotik
Benetan irrikatzen dugunean
Bake eta harmonia oasi bat
gure arimetan ezkutatuta
Aniztasun bateraezina
Mundua gainezka dagoena
Zerk tentatzen eta erakartzen gaituen
Gure arreta gauza materialetan zentratzeko
Itzal zurbil bat besterik ez da
Altxor arraroengatik, gezurra dagoen tokian
.Lurpeko meategietan
Antsietatezko gogoia baretzeko lan egin behar dugu
Beti munduko ondasunen atzetik
Eta bere bidea barrurantz zuzenduz
Gure pentsamenduak eta nahiak harmonizatu behar
ditugu
Sendatzeko datu nahikorekin
Norberaren barne-barnean aurkitua
Orduan ikusiko dugu harmonia
Gure bizitzan eta naturan
Gure itxaropenak eta espektatibak bat egiten baditugu
Gure barneko harmoniarekin
Bizitzaren itsasoan segurtasunez nabigatuko dugu
.Itotzearen beldurrik gabe
Gure buruarekiko harmonia dela eta
Salbamendu-txalekoa izango da
Eta Jainkoarengan konfiantzazko hegoekin
Bake giroan gora hegan egingo dugu
Batzuek galdetuko dute
Aukeratzeko askatasuna dugun bitartean"
Orduan, zergatik kontraesanean daude emaitzek gure
?itxaropenekin

:Erantzuna honako hau da
Gizakiak bere borondatea ahuldu du
Botere espiritualen ezagutza galdu zuen
bere kontzientzian existitzen den
Baina bere borondatea indartzen lan egiten badu
.Autokontrola praktikatuz
Eta bere baitan dagoen jainkozko argia hausnartuz
Bere borondatea askatu da
Eta bere borondatea askatzen denean
Bere patuaren jabe bihurtzen da
Baina bizirik dagoela aurkitzen badu
Bere kontzientziak onartzen ez duen moduan
Ez da askatuko eta ezingo da igo
.Aurrerapenaren eskaileran
Denbora eman behar dugu
.Gauza horiek egiteko
Gure zoriontasunean laguntzen duena
Eta onura eta ongia ekartzen digu
Inork ezin du gure martxa gelditu
Gure erabakia sendo mantentzen den bitartean
Aurrera eginez
Gizonak bere burua mugatzen du
Zelula estu baten barruan
.Horizonte mugatutik
ideia txikiak
umore aldaketak
ohitura osasungaitzak
Horregatik entrenatu behar du bere burua
Malguagoa, irekiagoa eta onargarriagoa izateko
Gure pasioak kontrolpean mantentzeko lan egin behar
dugu
Eta gure borondatea norabide egokian entrenatzen
Bizitzako gauzarik onenak eginez
Eta Jainkoaz gehiago pentsatu beharko genukeela

Maitasunaren, bakearen eta anaitasunaren espiritua
zabaltzen dugu
Mundu honetako txoko guztietan
Buru bikainak dituztenak.

Paramhansa Yogananda maisua

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

**Mundu honetara iturri ezezagun batetik etorri
garenez, naturala da bizitzaren jatorriaz eta
helburuaz galdetzea. Mundu honetako Sortzaile bati
buruz entzuten eta irakurtzen dugu, baina ez dakigu
nola iritsi Harengana. Dakigun guztia da unibertso
osoak bere jainkozko adimenaren existentzia
aldarrikatzen duela. Erloju baten osagai txiki eta
zehatzek erlojugilea mirestera bultzatzen gaituzten
bezala, eta fabrika bateko makina handi eta
konplexuek asmatzailea harritzen eta miresmena
pizten diguten bezala, naturaren mirariak ikusten
ditugunean, haien atzean ezkutatuta dagoen
adimenaz harritzen gara, eta galdetzen dugu:**

**"Nork eman zion loreari bere forma bizia eta
eguzkiari begira?"**

Nondik datoz haren usaina eta edertasuna?

**Eta nola eratu ziren bere petaloak hain
zehaztasun finez eta tindatu ziren hain kolore
zoragarri eta alaiekin?**

**Gauetz, izarrek eta ilargiak, gure inguruan zilar
koloreko argia zabalduz, espazio sakonean zeruko
gorputz hauek gidatzen dituen kontzientzia
hausnartzera animatzen gaituzte.**

Ilbetearen argi leuna ez da nahikoa eguneroko jarduerarako, eta beraz, adimen jakintsu eta paziente batek gauez atsedean hartzera bultzatzen gaitu. Orduan eguzkia irteten da, eta bere argi distiratsuak inguruko mundua argi eta lasaitasunez ikusteko aukera ematen digu, aurkezten zaizkigun zereginak egiteko aukera emanez.

Bi modu daude gure beharrak asetzeko: fisikoa eta espirituala. Gure osasuna okertzen denean, adibidez, medikuarengana joan gaitezke tratamendua jasotzera. Baina iristen da une bat non ez mediku batek ez inork ezin digun lagundu, eta bigarren bidera jotzen dugu: gure gorputza, adimena eta arima sortu dituen botere espiritualera. Potentzia fisikoa mugatua da, eta huts egiten duenean, jainkozko botere mugagabera jotzen dugu. Hori gure finantza-beharrei ere aplikatzen zaie. Ahal dugun guztia egiten dugunean eta oraindik nahikoa ez dugunean, botere horretara jotzen dugu.

Denek uste dute beren arazoak direla txarrenak Batzuek besteek baino presio handiagoa sentitzen dute, haien erresistentzia ahula delako Pertsonen indar mentalaren desberdintasunak kontuan hartuta, energia kantitate desberdinak gastatzen dituzte Pertsona batek arazo oso zail bati aurre egiten badio eta bere adimena ahula bada, ezingo du gainditu Adimen sendoa dutenek beren zailtasunak gainditu ditzakete oztopoak hautsiz eta beren oinarriak astinduz Hala ere, pertsona indartsuenek ere porrota izan dute batzuetan Arazo eta zailtasun material, intelektual eta espiritual ugari eta izugarriei aurre egiten diegunean, konturatzen gara zein mugatua den bizitzaren boterea mundu material honetan

Gure ahaleginak ez lirateke osasun ona eta finantza-segurtasuna lortzera soilik dedikatu behar, bizitzaren zentzua bilatzera ere bai. Zein da bizitzaren helburua? Zailtasunek gainezka egiten digutenean, lehenik ingurura jotzen dugu, arintzea ekarriko digula uste dugun egokitzapen material guztiak saiaturaz. Baina bideitsu batera iristen garenean eta esaten dugunean: "Nire saiakera guztiak huts egin dute; zer gehiago egin dezaket?", gure arazoari irtenbide eraginkor bat aurkitzea serio pentsatzen hasten gara. Eta gure pentsamendua nahikoa sakona bihurtzen denean, erantzuna geure baitan aurkitzen dugu. Hau, berez, erantzundako otoitz mota bat da.

Otoitza: behar espiritualak

Otoitza behar espiritualak da Jainkoak ez gintuen eskale gisa sortu, bere irudira sortu gintuen eta Eskritura Santuek hau diote Aberats baten etxera joan eta limosna eskatzen duen eskaleak eskalearen zatia jasotzen du Baina seme batek edozer gauza lor dezake bere aita aberatsarengandik Beraz, ez genuke eskale gisa jokatu behar.

Badirudi batzuek dena dutela eta luxuan eta erosotasunean jaiotzen direla, beste batzuek, berriz, arazoak eta porrota erakartzen dituztela. Non dago Jainkoaren irudia haiengan? Jainkozko espirituaren boterea gutako bakoitzaren baitan dago. Baina nola landu dezakegu botere hori? Agian iraganeko etsita sentitu zara zure otoitzak ez direlako erantzun, baina ez galdu itxaropena eta fedea. Zure otoitzak eraginkorrak diren ala ez jakiteko, otoitzaren boterean oinarritzeko sinesmena izan behar duzu zure baitan.

**Baliteke batzuen otoitzak erantzunik gabe
geratzea eskean aritzea aukeratzen dutelako. Era
berean, jakin behar da zer eskatu Jainkoari. Bihotz-
bihotzez eta indar osoz otoitz egin dezakezu lurra eta
bertan dagoen guztia edukitzeko, baina zure otoitzak
ez dira onartuko, bizitza materialarekin lotutako
otoitz guztiak berez mugatuak baitira, eta, hain zuzen
ere, mugatuak izan beharko lirateke. Baina badago
otoitz egiteko modu zuzen bat. Esaten da katu batek
bederatzi bizitza dituela. Baina zailtasunek laurogeita
hemeretzi bizitza dituzte! "Zailtasunen katua"
kentzeko modu eraginkor bat aurkitu behar duzu.
Otoitz eraginkorraren sekretua eskale baten
posiziotik eskubidea duen norbaiten posiziora
aldatzean datza. Jainkoari izaera espiritual horretako
zerbait eskatzen diozunean, zure otoitzak boterea eta
jakinduria izango ditu.**

Arrakastaren haziak borondatean daude

**Jende gehienak oso urduri eta antsietatez
jokatzen du berarentzat garrantzi handiko zerbait
lortzen saiatzean. Kezka eta urduri jarduteak ez du
jainkozko boterea erakartzen, baina borondatearen
erabilera lasai eta iraunkorrak unibertsoaren indarrak
astintzen ditu eta Absolutu infinituaren erantzuna
ekartzen du. Lortu nahi duzun guztiaren arrakastaren
haziak zure borondatean daude. Zailtasunek hautsi
eta zapaldutako borondate bat aldi baterako
paralizatuta geratzen da. Baina "Nire gorputza zatitan
urratu daiteke, baina nire borondatearen burua
altxatuta mantenduko da eta erabakitasunak
bultzatuta" esaten duen pertsona irmo eta
erabakitsuak borondate-maila gorena erakusten du.**

Borondatea eta haren norabide egokia dira pertsona baten egoera igotzen eta igotzen dutenak. Pertsona batek borondatea erabiltzeari uzten dionean, pertsona arrunt bihurtzen da, gertaeren joanean eraginkortasunik gabe. Askok diote ez dugula gure borondatea erabili behar egoerak aldatzeko, Jainkoaren plana oztopatzeko beldurrez. Baina zergatik eman zigun Jainkoak borondatea erabiltzea nahi ez bazuen? Behin gizon zurrun bat ezagutu nuen, eta esan zidan ez zuela sinesten borondatea erabiltzean, auto-garrantzia elikatzen duelako. Nik erantzun nion: "Zure borondatea erabiltzen ari zara orain, eta nahiko indarrez, niri aurre egiteko. Hitz egiteko, zutik egoteko, ibiltzeko, jateko, zinemara joateko eta baita lo egiteko ere erabiltzen duzu. Egiten duzun guztia nahi duzu. Borondaterik gabe, robot bihurtzen zara". Pertsonaren betebeharra da bere borondatea, desioek gobernatua, Jainkoaren nahiarekin harmonizatzea. Beraz, otoitz egokia etengabe eskaintzen denean, berez borondate bihurtzen da.

Otoitz egiten duzuna lortzeko aukeran sinetsi behar duzu. Etxe bat edukitzeko otoitz egiten baduzu, eta aldi berean zure gogoak esaten badizu: "Nola ordaindu dezakezu etxe bat, ergela?", zure borondatea ahultzen ari zara pentsamendu horrekin. "Ezin dut" esaldia zure gogotik uxatzen duzunean, botere handiagoa lortzen duzu. Noski, etxeak ez dira zerutik erortzen, eta etxe bat lortzeko, borondate-indarra erabili eta ekintza eraikitzaileak egin behar dituzu zure helburua lortzeko. Iraun eta porrota onartzeari uko egiten diozunean, nahi duzuna gauzatu ahal izango duzu. Eta borondate-indar hori zure pentsamendu eta ekintzen bidez etengabe

erabiltzen duzunean, zure nahiak beteko dira, eta irrikatzen eta irrikatzen duzun guztia etorriko zaizu. Determinazioz eta iraunkortasunez ahalegintzen jarraitzen duzunean, nahi duzun emaitza nolabait agertuko da, nahiz eta nahi duzuna ez egon mundu honetan. Borondate horretan dago jainkozko erantzuna, borondate ona Jainkoarengandik baitator. Iraunkortasuna jainkozko borondatea da.

Erre pentsamendu negatiboen haziak

Borondate ahula giza borondate ahula da. Zalantzek eta porrotek zeharkatzen eta urratzen dutenean, Sortzaile infinituarekiko lotura galtzen du. Baina giza borondatearen atzean jainkozko borondatea dago, ez etsipenik ez porroterik ezagutzen ez duena. Heriotzak ere, bere indar osoan, ezin du jainkozko borondatea hautsi edo oztopatu. Jainkoak ziur erantzungo dio otoitz horri, irmotasunezko determinazio eta iraunkortasun borondate batek bultzatuta.

Jende gehienak alferrak eta letargikoak dira, fisikoki, mentalki edo biak Meditatu nahi dute, baina lo egitean bakarrik pentsatzen dute Logura sentitzen duten bezain laster, lo sakon batean erortzen dira, eta hor amaitzen da otoitzaren amaiera! Egoera honetan, borondate-indarra lurperatuta dago Pertsona arruntaren garuna "Ezin dut" haziez beteta dago Ezaugarri eta ohitura jakin batzuk dituen familia batean jaiota, hauek eragiten diete, horretarako gai ez direla edo Hazi kaltegarri horiek erre eta haien eragina kontzientziatik desagerrarazi behar direla konbentziturik. Nahi duzun edozer gauza lortzeko ahalmena duzu Botere hori zure borondatearen muinean dago.

Borondatea landu nahi dutenek konpainia ona behar dute. Matematikari bikaina izan nahi baduzu eta zure ikaskideek matematika gustuko ez badute, zure ilusioa zalantzarik gabe gutxituko da. Baina matematikari trebeekin elkartzen zarenean, zure borondatea indartu egingo da, eta esan ahal izango duzu: "Besteek arrakasta izan badute, nik ere bai".

Ez egin presarik gauza handietan zure borondatea eraikitzeko bakarrik. Arrakasta izateko, lehenik zure borondatea probatu behar duzu egin ezin zenituzkeen gauza txikiekin. Ahalegina egiten baduzu, arrakasta etorriko da.

Oraindik gogoratzen ditut lagunek eta besteek inoiz lortuko ez nituela esan zizkidaten helburu guztiak, baina lortu nituen. Asmo oneko pertsona hauek kalte handia eragin dezakete beren iritziekin. Jainkoak babes gaitzala haietatik eta haien aholkuetatik. Laguntasunak eragin handiena du borondatean. Alkoholarekin eta musika ozenarekin dantzetara joateak, isiltasunaren santutegian meditatu beharrean, adimena kutsatzen du munduko bibrazioen hauts lodiarekin, hain zaila baita horiek astintzea. Pertsona baten borondatea, nahitaez, indartu edo ahuldu egiten da bere lagunaren eraginagatik. Borondatea garatzea norberaren ahaleginaren bidez bakarrik, oso zaila da. Imitatzeko adibide ona behar duzu. Margolari izan nahi baduzu, bizi pintura onez inguratuta eta egon margolariekin. Pertsona espiritual bihurtu nahi baduzu, egon izaera nobleko pertsona espiritualekin.

Alde handia dago sinesmenaren eta esperientziaren artean. Sinesmena entzun edo irakurri dituzun eta oinarritzko egia gisa onartu

dituzun gauzetatik dator. Esperientzia, berriz, zuk pertsonalki ikusi eta benetan ulertu duzuna da. Jainkoa esperimentatu dutenen ziurtasuna irmoa da. Laranja bat inoiz dastatu ez baduzu, engaina zaitzakete bere propietateei buruz. Baina lehenago laranja bat jan baduzu, ezin zaituzte engaina, fruitua dastatu eta ondo ezagutzen duzulako.

Bilatu zure fedea sendotzen dutenen konpainia

Jainkoari, arrakastari, sendatzeari eta abarrei buruzko ideiak, guztiak zure buruan daude kapsula psikologikoak bezala. Probatu itzazu. Zure ideiak probatzeko, zure borondatea erabili behar duzu bizitzara ekartzeko. Beharrezko borondatea lantzeko, borondate handiko pertsonekin elkartu behar duzu. Jainkoaren nahiaren bidez sendatzea nahi baduzu, bilatu zure fedea indartzen eta zure borondatea pizten dutenen konpainia.

India osoa zeharkatu nuen Jainkoaren benetako ezagutzaile baten bila, baina arraroak ziren. Ezagutu nituen irakasle guztiek beren sinesmen pertsonalak partekatzen zituzten. Baina gai espiritualetan, ez nintzen Jainkoari buruzko hitz hutsekin konformatuko erabakita. Bera esperimentatu eta benetan bere presentzia sentitu nahi nuen. Esan zidatena ez zuen zentzurik esperientzia pertsonalaren bidez ulertzen ez banuen.

Behin, Indiako santuei buruz lagun batekin hizketan ari nintzen. Nire laguna bitartekaria zen, eta ez zuen nire ilusioa partekatzen. Horren ordeez, esan zuen: "Santu deitzen diozuen guztiak, egia esan, Jainkoa ezagutzen ez duten xarlatanak dira". Ez nuen berarekin eztabaidatu, baina gaia aldatu nuen, eta bitartekari lanbidez hitz egiten hasi ginen. Asko

kontatu zidan ondoren, astiro esan nion: "Badakizu ez dagoela bitartekari fidagarri bakar bat ere Kalkutan, eta denak gezurtiak direla?". Haserretu egin zen eta haserre erantzun zidan: "Eta zer dakizu zuk bitartekariei buruz?". Nik erantzun nion: "Horixe bera esan nahi nuen. Eta zer dakizu zuk santuei buruz?". Aho bete hortz geratu zen. Nik lasai eta adeitasunez jarraitu nuen: "Nik ez dakit ezer bitartekaritzari buruz, eta zuk ez dakizu ezer santuei buruz".

Erljioaren praktikak jende askok ezin ditu bere ideia espiritualak bizipenetan itzuli. Esperientzia pertsonaletik hitz egiten dut hemen. Ez dut intelektualki ezagutzen ditudan gauzei buruz bakarrik hitz egin nahi. Jende gehienak egiaren inguruko liburu batzuk irakurtzen ditu eta autosufiziente bihurtzen da, hitzen atzean dagoen egia ulertzeko beharrezko ahalegina egin gabe. Egia espiritualen adierazpen hutsak eta hutsalak ez dira guretzat onuragarriak eta ez dute inpresio positiborik uzten. Pertsona baten sermoiak eta bere bizitzaren istorioa bereizi behar ditugu. Besteei irakatsi nahi dien edonork lehenik erakutsi behar du ikasten ari dena benetan bizi izan duela eta esaten ari dena esperientziaz ulertu duela.

(Eta aurkitu nuen gizakia ez dela bere ahaleginen produktua baino)

Gogorrago ahalegintzen denak merezi du aintza gehiago

Anbizio handiarekin, gailurretara iristen da

Asmo handienak zituena zen ikusgarriena

Aurrerapena nahi dutenek ez dute atzeratzen

Eta berandu iritsi nahi zuena ez zen aurrera etorri

Bakea izan bedi zurekin

Ekimen eta sormen espiritua

Mundu honetako eszena amaigabe eta kontaezinak ikusita, bizitzako etapetan zehar lasterka dabiltzan gizateria ugari ikusita, harriduraz betetzen gara eta fenomeno arraro honen atzean dagoen sekretua galdetzen diogu geure buruari. Zein da gure bidaiaren azken helburua? Eta zein da iristeko modurik onena?

Gehienok helbururik edo norabiderik gabe noraezean gabiltza, ezerezerantz doazen ibilgailuak bezala. Bizitzako bideetan arduragabekeriaz eta arduragabekeriaz nabigatzen dugun bitartean, ez dugu gure bidaiaren helburua ulertzen. Gutxitan ohartzen gara inora ez doazen bide bihurgunetsuetatik edo nahi dugun helmugara zuzenean daraman bide zuzen batetik goazen. Eta nola aurki dezakegu gure helburua inoiz kontuan hartu ere egin ez badugu?

Jende gehienak —bizitzaren helburua ez ezagutu arren— ekimen nahikoa du bere helburuak definitzeko eta lortzeko, eta ingurunea eta egoerak modu arrazoizkoan kudeatzeko. Eta zer da ekimena? Sormen gaitasun bat da, bakoitzaren baitan dagoen Sortzaile infinituaren txinparta bat.

Jende gehienaren adimena zaldi-potentzia bateko motorrak bezalakoa da! Giza adimen bakoitzak duen potentzial izugarria izan arren, oso gutxik erabiltzen dute ustiatsu gabeko botere hori. Pertsonen interesak normalean mugatuak eta bizitzako beharretara mugatzen dira, hala nola jatea, lan egitea, entretenimendua, lo egitea eta antzekoetara.

Psikologoek diotenez, desberdintasun nagusi bat dago gizakien eta animalien artean: izaki guztien artean, gizakiak dira barre egiten duten bakarrak (agian tximinoak eta hiena marrumatzaileak izan ezik). Barre egitea onuragarria da, eta dohain hau erabiltzen ez bada, giza garapenaren alderdirik garrantzitsuenetako bat galtzen da. Ez guke bizitza ikuspegi zurrun eta serio batekin ikusten dutenen antzekoak izan behar, ez barre egiten ez irribarre egiten ez dutenak, eta ondorioz, bizitzaz benetan gozatzen ez dutenak.

Barre egiteko gizakion gaitasun paregabeaz gain, gizakiek beste gaitasun aparteko bat dute: handienetako bat, sormen edo berrikuntza gaitasuna. Zer da gaitasun misteriotu eta enigmatiko hau? Mendebaldea berrikuntza zientifiko praktiko, industrial eta aplikatuaren lurraldea da. Ekialdea argitasunaren eta sormen espiritualaren lurraldea da. Beraz, ekimen-espirtua sormenerako gaitasuna da: inork lehenago egin ez duen zerbait modu berritzaileetan egitea.

Sormenaren espirtua Sortzailearengandik eratorritako sormen gaitasuna da

Zer egin du jendeak opari sakratu honekin? Zenbatek saiatzen dira benetan beren sormen-potentziala erabiltzen? Asteak, hilabeteak eta urteak igaro dira eta igarotzen jarraitzen dute, eta aldatu gabe jarraitzen dute, adinak bakarrik aldatuta. Pertsona sortzailea espazioan zehar doan meteorito distiratsu bat bezala distiratzen da, ezerezetik zerbait sortuz eta ezinezkoa posible eginez goi-espirtuaren sormen-ahalmenaren bidez.

Hiru sortzaile kategoria daude:

Badira kategoria apartekoak, nabarmenak eta apartekoak; batez besteko kategoriak; eta kategoria arruntak. Eta gero ehunka eta milaka daude ezereztzat sailka litezkeenak.

Egin zeure buruari galdera hau: "Saiatu al naiz inoiz inork lehenago egin ez duen zerbait egiten?"

Hori da ekimen-espiritua aktibatzeke eta sormen ezkutua askatzeko abiapuntua.

Ez izan ohiko eta ezagunetik modu ezberdinean jokatzeko gai ez direla uste dutenen antzekoa. Somnanbulismoaren antzekoak dira. Subkontzientetik jasotzen dituzten iradokizunek konbentzitu dituzte denak berdinak direla.

Gizakiak bere ezjakintasun eta harridura egoeratik esnatzeke eta bere buruari baieztatzeke garaia da gizakiaren dohainik handiena duela: sormen espiritua.

Gizaki orok potentzial aparteko baten txinparta du, aurrekaririk gabeko zerbait sortzeko aukera ematen diona. Zoritxarrez, gizakiak askotan ingurunearen eragin magnetikoaren menpe daude eta ez dute ahaleginik egiten haren indar handiko erakarpenetik askatzeko. Norbaitek "Ez du zentzurik saiatzeak, dagoeneko egina dago" esaten badu, borondaterik gabeko eta anbizioa kentzen duen mundu-kontzientzia baten biktima bihurtzen dira. Horregatik huts egiten dute hainbeste jendek bizitzan.

Hau alderdi espiritualari ere aplikatzen zaio. Asko dira bizitza osoan aldatu gabe jarraitzen dutenak. Beren ikuspegi estua eta esperientzia mugatua dela

eta atsekabetuta egon arren, beldur dira hezi ziren modutik desberdin pentsatzeko. Pertsonak bizitzako probetara egokitu behar du bere burua bere kontzientziaren aginduen eta bihotzaren bultzaden arabera, eta ez du itsu-itsuan jokatu bereizketarik gabe.

Nire irakasle estimatuak, Sri Yuktswarjik, esan zidan:

"Jainkoarengan benetan sinesten baduzu eta zerbait nahi baduzu, Jainkoak gauza hori emango dizu, unibertsoan existitzen ez bada ere"

Jainkoarengan eta nire borondatean fede sendoa nuen, eta beti aurkitzen nuen nahi nituen gauzak lortzeko aukera berriak sortzen ari zirela niretzat.

Gizateriaren barneko sormen potentziala lozorroan, garatu gabe eta erabili gabe dago. Botere hau jaiotzetikoa eta berezkoa da, gizaki guztietan dago salbuespenik gabe, baina jendeak ez du aprobetxatzen. Beraz, nola esna daiteke sormen espiritu hau?

Zure bidea lantzeko pentsamendu sortzailearen trebetasunak garatu ez badituzu oraindik, beste norbaitek lehenago egindako zerbait hobetzen saia zaitezke. Besteen berrikuntzak hobetzeko ahalegina da ohikoena den ikuspegia.

Bigarren edo erdiko sormen-espiritua gauza berriak konposatzen edo asmatzen dituztenengan gorpuzten da, baina garrantzi handirik gabe.

Sormen-izpiritu baten aparteko kalitateak ahalbidetzen dio bere jabeari munduaren aurrean distira distiratsu batean egotea, munduarentzat

gauza berri eta onuragarriak ekarri zituzten pertsonaia handien antzera, inork lehenago egin ez zituen gauzak. Jenio bikain hauek sormen-izpiritu menderaezina zuten, beren helburuak lortzeko borondate irmo batek lagunduta. Jainkoak faboratu al zituen pertsonaia handi hauek, handitasun bereizgarri hori emanez? Jainkozko borondateak aukeratu al zituen beste guztien gainetik aintza hori lortzeko? Noski ezetz. Besterik gabe, beren dohain sortzaileak erabili zituzten gizaki ororen ondarea diren handitasuna eta aintza adierazteko, Jainkoaren irudian eginak baitira, sormen eta berrikuntza guztien iturria dena.

Auto-aintza lortu nahi dutenak ez dira benetan handiak. Harrotasunez, banitatez eta auto-garrantziaz puztuta, ez dute Jainkoaren laguntzarik jasotzen. Ematea maite dutenak, besteak beren potentziala askatzeko, beren gaitasunak garatzeko eta autokonfiantza lantzeko animatzen dituztenak dira benetan handiak.

Handi bihurtu ziren gehienak inkontzienteki gidatuak izan ziren: handitasun ukitu bat zuten, eta hori izan zen beren bizitzaren eraikina eraikitzeko oinarri nagusia, aparteko bihurtuz eta modu nabarmenean nabarmenduz beren sormen arloan.

Handitasunaren ezaugarria baduzu, esan nahi du inkontzienteki gogoaren botereek gidatu zaituztela, eta haien gaitasunak zure energia sortzaileak garatzeko aukera eman dizula, zure ariman dauden kanal ezkutatuak irekiz eta kontzientzia osoarekin konektatuz, originaltasun eta sormen guztiaren iturriarekin.

Handitasuna ere lor daiteke, hau da, norberaren talentuak garatuz eta hazkundera bizkortuz landu daiteke. Pertsona batek botere harrigarri eta aparteko hau eskuratuz handi bihurtzeko modu bat dago. Zentzuz jokatzuz eta prestakuntza egokiaren bidez, sormenaren espiritua elikatu eta bere potentziala askatu daiteke. Denbora luzez ahalegin handia egin dutenak dira orain beren itxaropenen gauzatzeaz eta ametsen betetzeaz gozatzen dutenak. Barruko botere lozorroan daudenak lurpetik atera behar dira, eta lan gogorra egin behar da zaila eta gaindiezina dirudiena gainditzeko.

Norbanako handinahia prest egon behar du munduko iritzi gogorrek eta kritika mingarriak jasateko edozein arlotan arrakasta lortzeko, dela materiala edo intelektuala izan. Ikuspegi mugatua dutenen iritzi etsigarriekin ere kontuz ibili behar da originala, sortzailea eta berritzailea izan nahi badu, eta modu ezberdinean pentsatu eta hitz egin nahi badu, apur bat bada ere. Ilusioa irmoa izan behar da, asperdurak edo apatiak bere eremura sartzen utzi gabe.

Sormen-espíritu zoragarria dutenek zailtasun, arazo eta oztopo guztiak irensten dituzte, sakonean arrazoi dutela sinetsiz.

Zintzotasun eta irmotasun irmoarekin, zalantza eta atzerapausoei aurre egiten diona, aurrera egin Jainkoaren bedeinkapenarekin, jakinda sormen-ahalmen infinituak zure eskua hartuko duela eta bidean lagunduko dizula.

Lehenik eta behin, kontzienteki ukitu behar da botere infinitua. Botere bedeinkatu hau sormen eta berrikuntza guztien iturria da. Hori gertatzen denean,

bai adimen kontzientea bai subkontzientea boterez eta borondatez betetzen dira.

Urteetan beldur izan nintzen baldintza gogorretan eta proba zailetan neure baitan landu nuen sormen-espirtua galtzeaz. Baina orain konturatzen naiz azken lege infinitua nire ariman dagoela. Lege sakratu hori zientzia, arte eta ezagutza ororen oinarria da. Eta jainkozko laguntza horrek eusten badigu, ezinezkoa zait huts egitea.

Zerbait harrigarri eta zoragarria sortu nahi duzunean, eseri lasai eta mediatu sakonki zure baitan dagoen sormen-ahalmen infinitu hori sentitu arte. Saiatu zerbait berria egiten. Baina ziurtatu beti zure ahaleginak existitzen den sormen-elementu handienak babesten dituela, elementu bedeinkatu hori egiten duzun guztiaren atzean dagoela, eta zure itxaropenak beteko dituela eta zure ahaleginak arrakastaz koroatuko dituela.

Jainko Ahalguztidunak nahi du jainkozko espirtuaren sormen-ahalmen mugagabeak gidatu gaitzan. Jendeak apatia eta nagikeriaz blokeatu du bere arimaren barruko sormen-ahalmenaren iturburua, eta ur santuak norabide guztietan libreki isurtzea eragozten duten oztopo eta hondakin guztiak kendu behar ditu. Irmoa eta ongia egiteko borondate aktiboa izan behar ditu, eta orduan ametsak gauzatuko dira eta asmo nobleak gauzatuko dira.

Jende gehienak besteen ideiak berriro botatzearekin konformatzen da eta gutxitan bururatzen zaio jatorrizko ideia bakar bat ere. Ona da besteen ideia onetatik etekina ateratzea, baina pertsona ororen betebeharra da munduko ondareari zerbait berria gehitzea, intelektuala edo materiala

**izan, eta giza ezagutzaren altxorra aberastea.
Pertsona bakoitzak ezaugarri bereziak eta gaitasun
sakonak ditu, aurkitu eta aktibatzeke zain daudenak.**

**Hasieran, zalantzan nengoen irakasle izateko.
Konpromisoa serioa da eta erantzukizunak izugarriak.
Irakasleak kolpeen aringarri izan behar du, asaldatuta
eta nahasita dagoenean, ezin baitie lagundu bere
laguntza eskatzen diotenei.**

**Benetako irakasle batek denak maitatu eta
zerbitzatu behar ditu, gizateria ulertu eta Jainkoa
ezagutu. Nire tutoreak, Seri Yokstuargik, bizitza
honetan nire eginkizuna irakasle espiritualak zela esan
zidanean, Jainkoarengana jo nuen, harengan
konfiantza jarri eta haren laguntza eta gidaritza
eskatzeke otoitz egin nuen.**

**Hitzaldiak ematen hasi nintzenean, nire asmoa
nire hitzaldiak ez zirela liburuetatik eta ezagutza
teorikoetatik eratorriak izango, baizik eta barne-
inspiraziotik eta esperientzia pertsonaletik, ondo
jakinda nire pentsamendu eta hitzen atzean inoiz
agortzen ez den eta inoiz amaitzen ez den sormen-
ahalmena dagoela.**

**Botere hori hainbat arlotan erabili izan da beste
batzuei beren lanean laguntzeko eta beste hainbat
modutan.**

Ez nuen esan: «Jauna, egin ezazu niretzat».

**Aitzitik, esan nuen: “Jauna, hau egin nahi dut,
baina zure gidaritza eta bedeinkapenekin bakarrik
eskatzen dizut inspiratzeko eta eskutik hartzeko”.**

**Gauza txikiak modu paregabean egin ditzakezu.
Zure arloan onena izan zaitezke. Ez genuke beti bide**

ondo zapalduer jarraitu behar; bide berriak sortu beharko genituzke geure buruarentzat eta besteentzat. Pertsona batek inork lehenago egin ez duen zerbait egin dezake: adimenak liluratu eta mundua liluratzen duen zerbait.

Frogatu dezakezu jainkozko espiritu sortzailea zure baitan bizi dela eta zure bidez lan egiten duela. Iragana joan da eta orain historia da. Zure akatsak itsasoa bezain sakonak izan arren, arimaren esentzia indartsuegia da haiek irentsi ahal izateko. Baina egia hau ez da zentzurik pertsona batek bere pentsamendu akastun eta ekintza okerretan jarraitzen badu, bere bidea zuzentzeko eta bere burua eraldatzeko ahalegin serioerik egin gabe.

Baina aspirante zintzo eta serioei eskatzen diegu bidean aurrera egiteko erabaki irmoa eta erabaki irmoa izan dezaten, iraganeko akatsek aurrerapena oztopatu edo ideia mugatuek borondatea oztopatu gabe.

Bizitza ilun bihur daiteke eta giroa goibel; zailtasunak sor daitezke eta aukerak oharkabeen ihes egin. Baina kontuz porrota onartzearekin edo zeure buruari esatearekin: "Dena amaitu da niretzat, Jainkoak abandonatu nau". Hala egiten baduzu, zeure burua suntsituko duzu, eta inork ezingo dizu orduan lagundu.

Baliteke zure familiak ukatzea, zorte onak abandonatzea, lagunek alde egitea eta gizateriaren eta naturaren indarrek zure aurka konspiratzea. Baina Jainkoarengan fedea eta borondate sendoa dituzun bitartean, patuaren erasoei aurre egin eta zailtasunen aurka egin diezaiekezu olatu bortitzak hausten diren harkaitz sendo baten antzera, eta

urrats sendoz eta burua altxatuta ibili, gizon-emakume nobleei dagokien bezala.

Ehun aldiz garaitua izan arren, saiatu berriro eta erabaki zailtasunak gaindituko dituzula eta aintzaren koroa irabaziko duzula. Etsipena ez da betikoa, eta frustrazioa aldi baterako proba bat da. Jainkoak garaile eta garaiezina izatea nahi du, eta zure barneko botere osoa agertzea, bizitzako eszenatokian zure eginkizun noblea bete ahal izateko. Izan zaitez baikorra, eta ona aurkituko duzu, eta gogoratu: "Izan ere, zailtasunekin batera erraztasuna dator".

Jainkoarengan fedea izan eta haren bedeinkapenen itxaropena izan

Gau ilunenaren ondoren egunsentia eta distira datozelako

Baina nola aurkituko duzu bizitzan zuretzako egokia den rola? Denek errege eta presidente izan nahi badute, nor izango lirateke morroiak eta laguntzaile? Erregearen rola eta morroiaren rola berdin garrantzitsuak dira antzezlanean, aktoreek beren rolak behar bezala betetzen badituzte.

Eta horregatik, mundu honetara etorri ginen desberdintasun, desio eta joera bereziekin, hainbat helburu eta zaletasunetarako. Jainkoak mundu hau gure entretenimendurako eszenatoki kosmiko bat izatea nahi zuen gure zeruko etxetik urrun gauden bitartean. Baina etapa honetako zuzendari eta orkestratzaile jainkotiarraren plana ahazten dugu eta gure rolak egoki ikusten dugunaren arabera jokatu nahi ditugu, ez Jainkoak nahi duen bezala. Horregatik sortzen da kaos hau, nahasmena eta asaldura mundu osoan zehar hedatuz.

Jendeak bizitzako eszenatokian huts egiten du jatorriz haientzat pentsatutakoetatik desberdinak diren rolak jokatzeko saiatzen direlako. Batzuetan, pailazo batek errege batek baino arreta eta miresmen gehiago erakartzen du. Beraz, zure rola zenbaterainoko hutsala iruditu arren, bete ezazu ahal duzun ondoen eta kontzientzia garbiarekin, eta Jainkoaren begietan, arrakastatsuenen artean egongo zara.

Jainkoak ongia nahi du guretzat Jokatzeko ditugun rolak tristeak edo tragikoak badira, ez genduke bizitzaren aurka matxinatu behar, baizik eta Jainkoarengan dugun fedea sendotu (Eta zentzu honetan, Profetak, bakea izan bedi haren gainean, esan zuen:)

"Jainkoak ez du gaixotasunik bidaltzen sendabidea ere bidali gabe, beraz, erantzun atsekabeari errege batekin"

(Oi arima, ez etsi zailtasun handi baten ondorioz)

Eta ziur nago Sortzailearengandik, sorkuntza guztiaren Jainkoarengandik, arintzea lortuko dudala

Zenbat zailtasun etorri eta joan dira, eta gero desagertu?

Diruan eta bizitzetan izan duen eraginaren ondoren)

Sinfonia espiritualak
Esaerak, poemak, aholkuak eta baieztapenak
Maisua



Altruismoa ikasi behar dugu, besteak zoriontsu eginez
zoriontasuna aurkitzea baita Jainkoaren maitale guztien,
.harengan sinesten duten guztien benetako helburua
Besteei zoriontasuna ekartzea gauza zoragarria eta oso
garrantzitsua da gure zoriontasuna lortzeko, eta berez
.ekintza aberasgarria da
Batzuek beren buruan bakarrik pentsatzen dute, esanez:
"Niretzat axola zaidan bakarra zoriontsu izatea da". Baina,
zoritxarrez, horrelako pertsonak dira zoriontasuna aurkitzen
.ez dutenak
Ez da komeni norberaren zoriontasuna bilatzea besteen
.zoriontasuna eta ongizatea alde batera utzita
Besteen bizibidea arduragabetasunez lapurtzen duena
aberats bihur daiteke, baina ez da zoriontsu izango, besteen
beraren aurkako haserrea pozoi hilgarria baino hilgarriagoa
.izango baita
:Jainkoaren legeak honako hau agintzen du
Norbaitek besteen kontura eroso bizitzen saiatzen
denean, beste horiek bere bizitza miserable bihurtzen
saiatuko dira. Baina besteak zoriontsu egiten saiatzen
badira, beren kontura ere, besteek haien ongizatean eta
zoriontasunean pentsatuko dute. Gure funtsezko beharrei
buruz pentsatzen dugunean, besteen beharrei buruz ere
pentsatu beharko genuke. Eta haiekiko kezka erakusten
.dugunean, onena eta zoriona opa diegu
Pertsona altruistak bere familiarekin eta inguruko
munduarekin harmonian bizi da. Pertsona berekoiak, berriz,
etengabe aurkitzen ditu arazoekin, estropezu egiten du eta
.lasaitasuna galtzen du

Jainkoa zure baitako bakea dela konturatzen zarenean,
konturatuko zara sorkuntzako gauza on guztietan bakea eta
harmonia dela, eta naturaren edertasunean ikusiko duzu,
bere hurbiltasuna sentituko duzu adiskidetasun zintzoan, eta
bere bedeinkapenak sentituko dituzu helburu nobleetan eta
helburu ohoragarrietan, helburu berekoietatik libre.
Isiltasunaren beloen atzean eta gauza zoragarri guztietan
.sentituko duzu bere presentzia
Jo ezazu atea gogotsu eta beloa altxatuko da eta
aurpegirik loriatsuena ikusiko duzu bere distira eta
.handitasun osoan
Jainkoa maite baduzu, haren maitasuna sentituko duzu
.eta beste ezerk ezingo zaitu engainatu
Esperientzia materialetara erakartzen zaituzte
zoriontasun espiritualak dastatu ez duzulako, eta dastatzen
.duzunean aldea nabarituko duzu
Aukeratzeko askatasuna izan. Ez utzi ezerk zu
mugatzeko, eta ez utzi inori zu kontrolatzeko edo zure
.zoriontasunean oztopatzen
Zure nia kosmos osotasunaren zati bereizi bat da eta
osotasun perfektu hori aurkitu behar duzu kontzientzia
zoriontsua bizitzeko eta jainkozko maitasunaren gozamenak
.dastatzeko
Jende gehienak ez du beharrezko oreka sortzen bere
bizitza praktikoaren eta espiritualaren artean
Pertsona espiritualak dirua behar du, eta pertsona
.mundutarrak ezin du zoriontsu bizi Jainkoa gabe
Espiritualistak lan egiten du, eta bere hitz isilek diote:
Jainkoak indarra ematen dit eta determinazioa ematen dit,
beraz, indarra handitzen du eta Jainkoak bere ahaleginak
.bedeinkatzen ditu
Mundutarrak ere lan egiten du, baina esaten du: Ni naiz
hau guztia neure kabuz egiten duena, eta inork ez dit
faborerik, beraz, ustekabeko ondorioak ekartzen dizkio bere
.buruari eta arriskueta erortzen da

Jarduera praktiko guztiak, helburu material edo
espiritualetarako izan, printzipio sendoetan oinarritu behar
dira eta kontzientziaren kontrolaren eta arrazoiaren orekaren
.menpe egon behar dira

Bihurtu Jainkoarengana, gogoratu bera eta bihurtu bera
zure bizitzaren erdigune. Deitu berari eta otoitz egin, berak
gidatu eta bere legeak nola funtzionatzen duten erakutsi
arte. Gogoratu Jainkoarengan meditatzea eta bere
presentzia sentitzea milioi bat analisi eta azalpen baino
hobea dela. Esan iezaiozu ezin dituzula zure arazoak
bakarrik konpondu, bilioi bat ideia bururatzen zaizkizun
arren, baina irtenbideak posible direla bere eskuetan jartzen
badituzu. Eskatu lehenik orientazioa, eta gero kontuan hartu
ikuspegi anitzetatik irtenbide egokia aurkitzeko. Jainkoak
bere buruari laguntzen die. Zure burua lasaitzen denean eta
fedez betetzen denean Jainkoari meditazioan otoitz egin
ondoren , zure arazoaren irtenbide egokia ikusteko gai
.izango zara Jainkoaren laguntzarekin eta gidaritzapean
Pertsona baten egia eta aukera espiritualetan duen
sinesmena benetako ezagutza bihurtzen denean, pertsona
hori lurreko jakintsu guztiak baino arrakastatsuagoa eta
jakintsuagoa bihurtzen da. Jainkoa ezagutu duten pertsona
handiak ez daude nahasita edo zalantzaz jota, Egia bizi
.baitute, hau da, Jainkoa

Jauna, itsu nengoenean, ez nuen zuregana zihoan aterik
aurkitzen. Begiak sendatu dituzu, eta orain ateak zabalik
aurkitzen ditut nonahi: loreen bihotzetan, lagunen ahotsetan
eta proba noble eta maiteen oroitzapenetan. Nire otoitzaren
hats bakoitzak zure presentzia guztiz inguratzailearen
.tenplurako pasabide berri bat irekitzen du

Nire kontzientzia ez dago jada ezjakintasunaren kortxo
batez zigilatutako botila fisiko txiki batera mugatuta. Ez naiz
jada zure itsaso kosmikoaren erdian ibiltzen itsasoko urak
ukitu gabe. Ez naiz jada zuregan lozorroan geratzen, Jauna,

zu ezagutu edo zure presentzia sentitu gabe. Nire izate osoa
.zure presentzia osoan murgilduta dago orain
Zure ekintza guztiak Jainkoarenkin bat egiten baduzu
eta bertutearen legeak jarraitzen badituzu, ez duzu huts
egingo edo ez zara okertuko. Gogoratu jainkozko maitasunak
bekatu asko barkatzen laguntzen duela. Jainkoarenganako
benetan maitasuna sentitzen baduzu —ez emozioa bakarrik,
.benetako maitasuna baizik—, askatuko zara
Ez diogu Jainkoari bihotz lehorrekin eta pentsamendu
noraezean erregutu behar, erregu epelak ez baitira nahikoak
jainkozko erantzun bat lortzeko. Erantzun hori bihotzaren
sakonetik datorren otoitz sutsu eta sentikor baten bidez
.lortzen da
Pertsona batek Jainkoa bere bizitzan sartzen ez badu eta
oreka eraginkor bat sortzen ez badu, arazoak etorriko
.zaizkio, bere bizimodua edozein dela ere
Jauna, bizitzako probak eta probak gaintzen
ditudanean, konturatuko naiz paradisiko hegazti bat naizela,
zure mirari infinituak goraipatzen eta abesten dituen, eta
nire izaki espiritualak existentziaren atomo guztiak
.zeharkatzen dituela
Nire maitasun txikia esnatu eta zabaldu dut, existitzen
den guztia bizi eta mugitzen den maitasun unibertsalaren
.espirituarekin nahasteko
Besteei arrakasta lortzen laguntzean, hazkundera eta
oparotasuna lortzen ditut neure buruarentzat, eta besteen
.oparotasunean eta ongizatean aurkitzen dut nire zoriona
Zientzialariek behin ura elementu bakarra zela uste
zuten, baina esperimenduek frogatu zuten bi elementu
ikusezin, hidrogenoak eta oxigenoak, konbinatzen direla ur
konposatua osatzeko. Era berean, egia harrigarriak daude
esperientzia espiritualaren bidez uler daitezkeenak.
Meditazioan lasai eserita gaudenean eta gure
pentsamenduak barrurantz jotzen dutenean, zuzenean

jainkozko presentzia bizitzen dugu, eta hau zoragarria da,
.emaitzak ez baitira kanpokoak, barnekoak baizik
Eguzki izpiak zabaltzen diren heinean, itxaropen izpiak
zabalduko ditut pobreen eta abandonatuen bihotzetan, eta
erabakitasun eta autokonfiantzazko lanparak piztuko ditut
.porrot egiten dutela uste dutenen bihotzetan
Gauaren baretasunean eta isiltasunaren sakonean,
kontzientziaren basoetan eta zentzumenen atzaparretatik
urrun, komunikatu Jainkozko Maitearekin irrika sakonarekin.
Pentsatu etengabe Harengan eta hitz egin Berarekin
bihotzaren eta arimaren hizkuntzan. Eta zure bihotza Berari
uzten diozunean, hura ezkutatzen dizuten belo guztiak
urratu egingo dira, eta beldurrak eta ilusioak desagertuko
.dira, Haren argia eta Haren poza bakarrik utziz
Askok uste dute Jainkoaren erreinua espazioko txoko
batean dagoela, Lurraren lurrun kutsatuetatik urrun,
bekatuaren eta transgresioaren bibrazioez kargatuta. Ahaztu
egiten dute espirituaren eremu zabalak oso gertu daudela.
Espiritualki aurrera egin dutenek begiak ixten dituztenean,
Lur dimentsioduna eta bere materia ukigarri eta
hautemangarria desagertzen dira, betikotasunaren
dimentsioak ikuspegi infinituetan agertzen diren bitartean
.haien barne-ikuspegiaren aurrean
Teknologiak aurrezten duen denbora bizitza sakonago
aztertzen inbertitu beharko litzateke. Jarduera praktikoak eta
dirua ongizatea lortzeko bitartekoak dira, baina ez utzi
norberaren ondasun materialek engainatzen, ezta itsu-
.gutziak bizitzeko poza kentzen utzi ere
Borondatearen pikotxa eta erabakitasunaren aitzurra
erabili nituen, kontzientziaren lurra zulatu eta bizi-indarraren
iturburua aurkitu nuen. Konturatu nintzen energia
kosmikoarekin bat naizela. Ez naiz gorputza, gorputza
.zeharkatzen duen elektrizitatearen zeruko karga baizik
Jauna, konturatzen naiz aukera preziatua dudala
kontzientziaren ozeanoaren sakonean ezkutatuta dauden

arimaren altxorrak aurkitzeko. Lurreko atxikimenduak
orientazio espiritualekin ordezkatzeko ditut, eta nire
borondatea eta energia bultzatzeko ditut bizitzaren helburua
lortzeko, konfiantzaz beti lagunduko eta inspiratzeko naizula
.zuzena dena egitera

Ez diogu mundu honek kontrolatzen edo agintzen utzi
behar, eta ez dugu ahaztu behar Jainkoa izan ezik ez dagoela
ezer errealik eta iraunkorra, eta benetako zoriontasuna
.Harekin ditugun esperientzietan datzala

Meditazioaren santutegian, bi kandela pizten ditut:
egunsentiko kandela eta esnatzean nagoen kandela
Nire irrika beroaren girlanda zoragarriek zure presentzia
osoaren oinak inguratzen dituzte

Zure usainak, nire bihotzeko lapikoan dauden
maitasunaren loreetatik ateratzen denak, nire bizitzako
.txoko guztiak betetzen ditu

Nire beldurren eta ilusioen itzalak desagertu egin dira

Zure argiaren distiragatik, Jainko maitea, zeinak betiko
.esnatu nauen existentzia hilkorren ametsetatik

Etengabeko ernetasunez eta begi lasaiez, etengabe
begiratuko diot zure aurpegi infinituari, haren ezaugarriak
!eta errepikatzen ez diren adierazpen gozoak hausnartuz
Bizitzaren eta heriotzaren dantza beti dago presente,

baina nire esentzia espiritualak berreskuratuz askatuko dut
neure burua betiko. Eta ekaitzak nire inguruan eta

zailtasunak aurrez aurre jartzen zaizkidanean, bizitzaren
.ibaian zehar nire txalupa gidatuko dut jainkozko ertzeraino

Zailtasunak eta hondamendiak datozenean, nire

erabakia sendotuko dut eta gainditzeko borondatea
zorrotzuko dut. Eta besteak adeitasunez tratatzen ditudan
bitartean, Jainkoak indarra, jakinduria eta irizpide ona

.emango dizkit

Jainkoa ezagutzea bizitzako lehen eta garrantzitsuen

den beharra da, arimari bakea eta bihotzari lasaitasuna
ekartzen baitio. Jainkoa gure min eta arazo guztien

sendatzeko balsamoa da, gure arazo guztien konponbidea
eta gure behar guztien asebetetzea. Gure bihotzek irrikatzen
dituzten gauzak —maitasuna, ospea, jakinduria eta
ugaritasuna— horiek guztiak Jainkoarengan aurkitzen ditugu,
.ontasun eta bedeinkapen guztien iturrian
Esperientzia guztiak onartzeko eta ulertzeko
gaitasunaren arabera neurtzen dira, beraz, nire garapena
bizkortuko dut nire esperientzia guztiak kontzienteki
.areagotuz fokuaren indarrarekin
Nire pentsamenduen sakonean sentitzen zaitut, zure
presentzia sumatzen dut nire sentimendu sakonenetan, eta
.nire maitasunaren lorategian loratzen ikusten zaitut
Bete nazazu zure presentziaren usainaz, zure usain
.bedeinkatuaz goza nadin
Zatoz niregana zerutik, izarretatik, pentsamenduetatik
eta sentimenduetatik haratago. Erakutsiezadazu zure
aurpegi sakratuena eta utzi zure presentzia hautematen nire
.ariman, inguruan eta nonahi
Aro eta aroetan zehar bilatu zaitut, desio eta anbizioen
bideetan, eta orain konturatzen naiz nire ariman bizi zarela
.eta nire sentimendu sakratuenak inspiratzen dituzula
Ez ezkutatu gehiago niregandik sentimenduen,
pentsamenduen eta arimaren taupadaren loreen atzean
Apaindu nire arima Zure jakinduriaren bitxiekin, eta
emaniezadazu Zure zoriontasunaren haizeak, eta kendu
niregandik nire ikusmenetik eta nire ulermenetik estali
.zaituen iluntasuna
Oi zu, izarren eta zeru urdinaren atzean zaudena, eta
atmosferaren geruzen eta izaki eta existentzia guztien
atzean zaudena, onartu nire maitasunaren xuxurlak eta
murgildu nire izatea Zure maitasunean, Zure argian eta Zure
.bakean
Bizitzeko bidea honako hau da: alde batetik
ezjakintasunaren haran iluna dago, eta bestetik
.jakinduriaren betiko argia

Hazkunde espiritualerako oztopoak berekoikeria,
harrotasuna, gutizia, haserrea eta abar dira. Ezaugarri ilun
hauek pertsona bat dagoeneko duena baino ezjakintasun
.sakonago batera eramaten edo bultzatzen dute
Hala ere, jainkozko nahiarekiko bat etortzeak
askapenera eramaten du eta gizakiak bere baitan existitu
.arren bere baitan bilatzen duen zoriona ematen du
Baliteke aukera onen eguzkiak ez distira egitea nire
bidean, eta bidea hutsik, ilun eta proba eta atsekabez beteta
egon daiteke, baina ahal dudan guztia egingo dut erronkei
aurre egiteko eta dilemaren iluntasunetik ateratzeko,
bihotzean badakidalako jainkozko argiak gidatuko nauela eta
.distira egingo didala nire bidean
Nire indar guztia Zuregandik hartua da, Jauna, eta nire
bizitzak ez du baliorik edo existentziarik Zure jakinduria eta
botererik gabe. Zein handia zaren Zu, eta zein txikia naizen
!ni

Ez dugu beti arrazoirik geure buruaz harro egoteko
gizaki gisa, baina ez genuke gure akatsek etsi gaitzaten utzi
behar. Beti begiratu behar diogu gure proben alde onari,
ikasi gure akatsetatik eta Jainkoarengana jo, gertatzen
.zaiguna gertatzen dela ere
Jainkoa existitzen den perfekzio bakarra denez, saiatuko
naiz jakinduria aztertzen ezjakintasunean, ongizatea
aurkitzen ahuleziaren artean eta lasaitasuna sentitzen
.nahasmenaren artean
Jainkoa nire ariman eta inguruan dago, ni zaintzen eta
zaintzen, beraz, nire bizitzaren horizontean bere argi gidari
horren distira estaltzen duten beldur hodeiak uxatu egingo
.ditut
Jauna, ez utzi nire lagunak gogor kritikatzeko. Baina nire
aholkua bilatzen badute hobetzeko, utzi iradokizun xumeak
eskaintzen Zure gidaritzan eta inspirazioan oinarrituta.
Leuntasunez eta maitasunez, koakziorik eta konpultsiorik
gabe, lagundu iezadazu oztopatzen dutenak Zuregana

eramaten. Gidatu nire ulermena eta indarra, izaera ilundua
dutenak Zure jakinduriaren argia islatzen duten dizipulu
.argitu bihur ditzadan

Gaur jakinduriaren, osasunaren, oparotasunaren eta
zoriontasunaren haziak landatuko ditut nire bizitzako
lorategian eta Jainkoari eskerrak emango dizkiot nire
.bihotzeko nahia egia bihurtzen denean
Jainkoak nire jarduera guztiak gidatzen dituela
pentsatuz garbituko dut nire burua

Gaur nire bizitzan bakea eta oreka erakusteko lan
egingo dut nire pentsamenduen, hitzen eta ekintzen bidez,
eta nire indar eta borondate guztia jainkozko
.borondatearekin harmonia lortzeko bideratuko dut
Gure bihotzen tronuan erreinatzen duzun zu, zure
maitasunean batuta, onartu gure irrikak eta gure arimen
irrika. Bedeinka gaitzazu guztiok, kendu gure bideko
oztopoak eta uxatu gure barneko ezjakintasunaren
.iluntasuna

Zure argi gidatzailea gure bideetan distira dadila.

Esnatu gure gogoak eta poztu gaitzazu zure hurbiltasunaz,
.eta senti dezagun beti gurekin zaudela
Izan zaitez zintzoa zurekin Mundua ez da zintzoa zurekin
hipokrisia maite duelako Zeure buruarekin zintzoa zarenean,
.barne bakerako bidea aurkituko duzu

Bizi orainaldian bakarrik, ez etorkizunean. Egin zure
.onena gaur eta ez kezkatu biharkoaz

Jauna, gizakiak lortzen saiatzen diren helburu material
guztiek poz partziala baino ez diote ekartzen, nahiz eta
guztiak arrakastaz koroatu. Baina zu aurkitzean, Jauna,
.zoriontasun oso eta iraunkorraren iturria aurkituko dut

Plazerra ematen duten gauza materialak
pentsamendutik kanpo geratzen dira; eskaintzen dituzten
plazerrekin batera, pentsamenduan sartzen dira ilusioaren
.eta irudimenaren bidez

Gure arimen funtsa den poz hutsari dagokionez,
pentsamendu harmoniatsuaren bidez lor daiteke, eta
.guregandik gertu eta gure eskura dago
Zentzumen-plazeraren kanpoko arrazoiak desagertzen
direnean, haietatik datorren zoriontasun aldi baterakoa
haiekin batera desagertzen da, baina arimaren barne-poza
ez da desagertzen pertsona batek harekin harmonizatzen
badaki, edo pertsonak bere pentsamenduak nahita gauza
material lurrunkorretara mugatzen ez baditu eta horrela
.zorigaiztoko bihurtzen ez bada
Arimaren poza, Jainkoaren zoriona dena, beti berritzen
eta betikoa da

Gaur bakea eta zoriontasuna eskatuko ditut neure
baitan, eta nire jakinduriaren gotorlekua borondatez, bakeaz
eta maitasunez zainduko dut, eta Jainkoari eskerrak emango
dizkiot eta nire arimaren esker ona eta nire bihotzaren irrika
.berrituak igoko dizkiot
Munduan galtzen dudana ez da nire arimarentzat galera
izango

Beti begiratuko diot konfiantzaz eta fedez nire bizitzako
zeruan inoiz sartzen ez den gidaritza jainkotiarrari
Jauna, bedeinka itzazu gure pentsamenduak, zure
zoriontasuna gogorarazi diezaguten; bedeinka itzazu gure
sentimenduak, zure maitasuna senti dezaten; bedeinka
itzazu gure desioak, zuri atsegin diezunaren irrika izan
dezaten; bedeinka itzazu gure anbizioak, on eta noble den
guztiaren bila motiba gaitzaten; eta kontura gaitezen zu
zarela gure bihotzek irrikatzen duten eta gure arimek
.bilatzen duten zoriontasun gorena

Badakit nire pentsamenduek porrota edo arrakasta
ekarriko didatela, nire buruan indartsuen dagoen ideiarenekin
arabera. Horregatik, ahal dudan guztia egingo dut
gogoratzeko Jainkoa nirekin dagoela, argi pentsatzera
.laguntzen eta inspiratzen nauela

Jauna, isiltasunaren ispiluan egunero ikusten dut
bakearen aurpegia, zure aurpegia, eta egunero lan egingo
dut zure maitasuna eta bakea esnatzeko bihotz batzuetan
Ama kosmiko, gaueko lorategietatik izarrak kenduko
ditut eta maitasun opari gisa eskainiko dizkizut. Ilbetean
zure aurpegi distiratsua ikusten dudan bakoitzean, zure
irribarre samurrek nire kezka uxatzen dituzte eta nire
.atsekabeak garbitzen dituzte
:ziur egoteko

Ezjakintasuna uxatu eta kontzeptu okerrak kenduko
ditut, eta horizonte estu eta ikuspegi mugatuaren sototik
.maitasunaren eta giza errukiaren askatasunera igoko naiz
Jainkoaren presentzia nabarmenena bihotz oneko eta
joera espiritualak dituztenengan da, bera maite dutenengan
eta inoiz ahazten ez dutenengan. Ekaitzak amorratzen
direnean eta zailtasunen olatuak sortzen direnean, beren
bizitzako ontzia jainkozko babesaren kostalde seguruetara
.gidatu dezakete

Sormen-izpirituaren boterea daukat eta gogo
unibertsalarekin harremanetan nago, eta badakit Jainkoak
gidatzen nauela eta arazo eta arazo guztiak konpontzen
.laguntzen didala

Ene Jainko maitea, begi zabalik eta gogoaren begiarekin
ikusiko zaitut, eta irrika eta debozio osoz gurtuko zaitut, eta
zuan pentsatuko dut nire eginkizunak betetzen ditudan
bitartean, eta bihotzaren hizkuntzarekin eta arimaren
.xuxurlarekin deituko zaitut

Pertsona baten izaeran egon daiteke gaixotasunaren
beldurra izatea edo inoiz sendatuko ez dela sinestea. Kasu
honetan, ongizate fisiko eta morala dakartzan bizimodu
ohitura osasungarriak hartu beharko lituzkete, eta
Jainkoaren sendatzeko ahalmenean fede handiagoa izateko
otoitz egin beharko lukete. Porrot bat direla eta edozein
arlotan arrakastarik izan ezin dutela uste badute, ahalegin
.guztiak egin beharko lituzkete nahi duten arrakasta lortzeko

Jainkoa maite dutenekin elkarreraginean eta
komunikatzeak gure irrikak elikatzen ditu, gure bihotzak
.baretzen ditu eta gure kontzientzia maila igotzen du
Autoerabakia

Gaur bizitza eman didan Jainkoaz pentsatuko dut, gauza
materialetan zentratzeak Jainkoa erabat baztertzeak miseria
.materiala eta atsekabe espiritualala baino ez baititu ekarriko
:ziur egoteko

Gaur neure buruari lagunduko diot Jainkoak eman
dizkidan botereak ahalik eta ondoen erabiltzeko, eta
Jainkoari eskatuko diot laguntzeko, nire ahaleginak
.bedeinkatzeko eta arrakasta emateko

Giza borondatea erroreak gidatzen duenean, engainatu
eta okerrera eramaten gaitu; baina jakinduriak gidatzen
duenean, jainkozko borondatearekin lerrokatzen gaitu.
Askotan, giza borondateak jainkozko helburuekin talka
egiten du, sufrimenduaren amildegian eta miseriaren
zuloetan erortzea saihesteko laguntzen digun gidaritza
.espirituala galaraziz

Jainkoari atsegin dion eta gizateriarentzat balio duen
guztia egiteko erabiliko dut daukadan gaitasun edo talentu
.guztia

Ezagutza osatugabea arriskutsua da, bilatzailea
harroputz eta autosufiziente bihur baitaiteke, bilaketa serioa
eta ariman sakonki murgiltzea geldiaraziz. Norbere buruaren
garrantziaren sentimenduetatik libre daudenek bakarrik
handitzen dute grazian eta espiritualtasunean
Jainkoarengana hurbildu arte. Izan ere, gurtzaile zintzoak
banitatetik libre daude eta harrotasunetik eta itxurakeriatik
.urrun daude

Pertsona batek bere burua ezagutzen duenean eta bere
esentzia espiritualala ukitzen duenean, barne-poza sentitzen
du, bizitzako esperientzia guztietan eta egoera guztietan
.laguntzen diona

Gaur ekimenaren espiritua esnatuko dut eta lorpen
gaitasuna aktibatuko dut, jakinda indar sortzaile guztien
.iturria eta ezagutza guztien iturburua beti nirekin dagoela
Badakit Jainkoaren boterea mugagabea dela eta
bizitzako zailtasunak gainditzeko eta bidean dauden oztopo
.guztia gainditzeko indarra eman didala

Garaia da gure bihotzak eta gogoak Jainkoarengana
itzultzeko, azkenean gure zeruko etxera iritsi gaitezen, non
.kezkatik atsedena eta minetik askatasuna aurkituko dugun
Jainkoaren bizitza, eguzki-argia, janaria eta beste
bedeinkapen guztia bezalako opariak jasotzeko eskua
luzatzen dugu, baina ematen dizkigun mesede ugariak izan
!arren, zein gutxi gogoratzen duten Hartaz

Lege unibertsalaren Jainkoa, utzi nire orbainak
eramaten, hondamendietatik jaioak, Zure justiziaren esku
.bedeinkatuetatik datozen txapa duin gisa
Nire eguneroko zailtasunek ilusioen antidoto gisa balio
dezatela eta munduko zoriontasun iraunkorra lortzeko
.itxaropena kendu diezadala

Besteen krudelkeriagatik isuritako malkoek nire gogotik
ezkutatutako ezpurutasun batzuk garbituko balituzte nahi
.nuke

Nahasmenduaren pikotxen kolpe zorrotz bakoitzak
sakonera berriak irekitzea nahiko nuke nire baitan
Jainkozko irrika itsaso sakoneko zunda bat bezalakoa
izan beharko litzateke, pertzepzio espiritualen ozeanoan
murgiltzen dena. Barne-ikuspegia kontenplazioaren bidez
.ireki zaienek Jainkoaren presentzia sentitzen dute bihotzean
Jauna, lagundu iezadazu nire kontzientzia muga eta
pentsamendu ahuletatik eraldatzen, beti nirekin zaudela
jakintza ziurrera, lagunduz eta pensamendu eder eta
.pertzepzio bikaineekin inspiratuz
Jauna, lagundu iezadazu nire kontzientzia muga eta
pentsamendu ahuletatik eraldatzen, beti nirekin zaudela

jakintza ziurrera, lagunduz eta pentsamendu eder eta
.pertzepzio bikainekin inspiratuz
Gogora nazazu, Jauna, berdin-berdin, zailtasunetan eta
erraztasunean, gaixotasunean eta osasunean,
ezjakintasunean eta jakindurian
Jainkoarekiko dudan maitasunaren eta Harekiko dudan
irrika betiko piztuta gordeko dut, distira horretan haren
.aurpegi eder-ederra ikus dezadan
Aurpegiko irribarrea bihotzeko irribarrearekin harmonia
perfektuan dagoenean, arimaren irribarrea distira egiten du
Ene Jainko maitea, gurtuko zaitut esnatzean goizean,
jardueran arratsaldean, zahartzaro aurrerratuaren
.ilunabarrean eta azken agurraren gauean
Barne zentzumenen ukituekin, gaur nire irrati espiritual
emisio kosmikoen maiztasunetara sintonizatuko dut
antsietatearen zarata kentzeko eta jainkozko maitasunaren
.ereserkia entzuteko
Jainkozkoenek ere batzuetan uste dute Jainkoak ez
dituela haien otoitzak erantzuten, baina isilean erantzuten
duela eta lege espiritualaren arabera. Otoitza zintzoa, asmoa
garbia eta helburu zehatzekoa izan behar da erantzun
.bedeinkatua jasotzeko
Jauna, utzi bakearen balsamoa eskaintzen bihotz
minduei, zugar eerosotasun gozoa aurki dezaten. Egin nazazu
bat-bateko eguzki izpi arima triste guztientzat, bizia ematen
duen euri gogo lehorrentzat eta adeitasun oparia gaizki
.tratatzen direnentzat
Zoriontasunerako bidean arrakastaz hasteko, bizimodu
zuzena, pentsamendu sendoa, orientazio espiritual eta
.Jainkoarenganako fede sakona behar dira
Poztasun espiritualik gabeko bizitza bizitza tristea da,
distirarik gabekoa, eta bere zamak nekagarriak eta astunak
.dira

Ahal duzun guztietan, urrundu munduko zarata eta
zalapartatik, eta bilatu leku lasaiak, bakarrik egon eta
.Jainkoaz pentsa dezakezun lekuak
Gaizki-ulertuen eta desadostasunaren iluntasuna
dagoen lekuan, han zabalduko dut nire maitasunaren eta
.bakearen argia

Mundu hau arraroa da, bertan dagoen guztia aldaketa
eta eraldaketaren menpe baitago, eta horregatik, pertsona
batek ez luke bere zoriontasunaren ontzia mundu honen
.ertzean ainguratu behar

Mundu harrigarri batean bizi gara. Bizitzako helburu
bakarra jan, edan, ondo pasatzea eta lo egitea dutenek ez
.dute benetako ideiarik giza bizitzaren mirarien inguruan
Jauna, zuzendu gure poz-jarioak, epe laburreko plazer
.sentsualen hondarretan gal ez daitezen

Ez utzi gure erruki-jarioak lehortzen eta lurruntzen
.berekoikeriaren basamortu antzuetan
Utzi gure emozioen kanalak zure maitasunaren aintzira
mugagabearekin nahasten

Gure bizitzako ibaiak zabaldu eta haien ur-maila igo
daitezela Zure bedeinkapenen euri ugariekin, eta zeharka
daitezela enpatiaren, sakrifizioaren eta besteen
sentimenduekiko kontsiderazioaren lautada zabalak,
azkenean isur daitezen - garbi eta garbi - Zure itsaso
.bedeinkatuan

Arrakasta lortzeko otoitz egiten duenak eta, aldi berean,
bere buruari esaten dionak: "Ez dut uste arrakasta izango
.dudanik", ez du arrakastarik izango
Otoitza fede sutsuz eta bihotz apal batekin eskaini behar
da, jainkozko argiak distira egin eta zeruko bedeinkazioak
.jaisteko

Telefono hautsi baten bidez hitz egitea ezinezkoa den
bezala, ezinezkoa da pertsona batek bere otoitzak
eraginkortasunez helaraztea antsietatearen, kezken,

atsekabearen eta gauza iragankorre atxikimenduaren
.mailuek desgaitu duten gailu mental baten bidez
Lasaitasun sakonarekin eta harmonia isilarekin, bibrazio
findu eta eraikitzaileekin, aparatu mentala konpondu eta
kalibratu daiteke, bere harrera espiritualaren ahalmena
biderkatu dadin, eta horrela, bihotzeko mezuak Jainkoari
modu eraginkor eta efizientean transmititzea posible da, eta
Entzule Ororengandik, Erantzunkorrengandik, erantzun
.bedeinkatua lortzea
Igeri egin eta flotatu zure baitako ametsetatik haratago
.dagoen bake eta zoriontasun ozeano amaigabean
Oi Sortzaile Gorena
Zeruko izar distiratsuak, mendiak eta eguzkiaren labe
sugarretan sutan daudenak zure presentzia osoaren
.adierazpen eta agerpen batzuk dira
Erraza da Jainkoa aurkitzea, etengabeko
kontenplazioaren bidez, hura ezagutzeko zintzotasunezko
nahiaren bidez eta bihotzez hari egindako erreguaren bidez.
Bera da arimaren meategian bilatu eta arakatzeko moduko
.altxorrik handiena
Irrikaren pospoloa irrika bizian dagoen arimaren
hormaren kontra jotzen denean, jainkozko maitasunaren
.sugarra jaiotzen da bilatzailearen bihotzean
Jauna, gauza ederrak ederrak dira zure edertasunetik
hartu dutelako edertasuna, zeina askoz ederragoa baita
ikusgai dagoen edertasun guztia baino, bai naturan bai
.jendearen artean
Zoragarria da Jainkoa eta haren zerbitzariak maitatzea.
Bera aurkitzen dugunean, haren maitasuna sentitzen dugu
guztiongan. Ez dago unibertsoan maitasunaren indarra baino
.botere handiagorik
Bi pertsona edo gehiago bizitza osorako lagun bihurtzen
direnean, maitasun hutsaren edo arimaren
.adiskidetasunaren adierazpena da

Jauna, eman iezadazu Zure ondoan egotearen poza, poz
handiena guztiekin parteka dezadan, eta ikus dezadan Zure
argia, zeinaren ikuspenak bihotza sendatzen duen eta
.kezkaren itzala uxatzen duen
Utzi nire txori maitea auto-inposatutako murrizketen
kaiolatik ihes egiten eta askatasunaren erreinuan hegan
egiten, arimaren ereserkia abestuz, zeinaren oihartzuna
bihotz maitekor eta gogo harmoniatsu guztiekin oihartzuna
.egiten duen
Gure pertzepzio espiritualen haizeek gure erregu-usaina
eta Zureganako gero eta handiagoak diren gure irriken
.lurrina eraman dezatela, Jauna
Zerbait nahi nuenean, pozik nengoen lortzen nuenean,
eta berriro pozik beste norbaiti ematen nionean
Jainkoak ez die erantzuten otoitz epelei, baina
zalantzarik gabe etortzen da sakon eta zintzotasunez
erregutzen diotenengana eta fedez gainezka dauden
.bihotzekin deitzen diotenengana
Jarraitu beharreko arau positiboak hauek dira:
adeitasuna, zintzotasuna, zintzotasuna, besteekiko
.maitasuna, asmoak aztertzea eta autokontrola
Jauna, ireki gure bihotzen kimuak eta utzi gure
bihotzetan gordetako maitasunaren usaina zurekin topo
.egiteko irrika hegaletan hegan egiten
Bidali, Jauna, zure jakinduriaren eguzki izpiak nire lorpen
alaien egunetan gidatzeko, eta zure errukiaren ilargiaren
argia atsekabearen gau ilunetan zehar ibiltzen naizen
.bakoitzean
Ideia usaintsu eta loratuak bihotzeko erregu-hazietatik
hazten eta zabaltzen dira, eta sentimendu kontenplatibo
.freskagarrien ihintzak ureztatzen ditu
Lagunarteko zerbitzuen truke ni txikia ahazten
dugunean, gure kontzientzia zabalduko da eta ni handi
.bakarra gure bidez lanean ikusiko dugu

Benetako adiskidetasuna bizitzako bideetan elkarri
laguntzeko argia da
Mundu honetan krudelkeria, gogortasun eta
sentimenduekiko axolagabekeria asko ikusten ditut, eta ez
dut justifikaziorik aurkitzen portaera horiek areagotzeko.
.Hala egingo banu, neure buruari kalte egingo nioke
Nabigatu zure ontzi kontenplatiboa nahasmen mentalen
eta distrakzio sentsorialen ur nahasien gainetik
Tristurak tristura biderkatzen du, eta tristuraren aurkako
erremediorik eraginkorrena arima kontsolatzen eta adimena
.pozten duen jainkozko presentzia ukitzea da
Jainkozko Medikua, uxatu gaixotasunak gure
gorputzetatik, zabaldu gure gogoaren horizonteak eta askatu
ahultasunetik eta hauskortasunetik, eta uxatu iluntasuna
.gure arimetatik Zure presentziaren argi distiratsuarekin
Jainkoarenganako bidea egiazkotasunez, zintzotasunez,
irmotasunez, iraunkortasunez, fokuz, maitasunez, irrikaz,
.determinazioz eta fedez josita dago
Giza metodoak desegokiak eta eraginkorrak ez
direnean, Jainko Ahalguztidunarengana jo eta haren laguntza
.eskatu behar dugu
Nire ekintzen eta portaeraren erantzule bakarra naiz,
.inor ez baita haien erantzule izango edo zalantzan jarriko
Jainkozko graziaren eguzkia gure bizitzaren horizontean
distiratzen denean, bedeinkazioak ugariak dira eta mugak
desagertzen dira
Isiltasunaren putzutik, jainkozko jakinduriaren ur garbi
.eta garbiak aterako ditut nire egarri espirituala asetzeko
Nire gogoaren hariak zentzumenen eremu estu eta
txikitik deskonektatu eta pertzepzio espiritual infinituen
mundura konektatu nituen, eta konturatu nintzen nire
izatearen atomo guztiak inguratu eta zeharkatu dituen
Jainkoaren argiaz bizi naizela, eta nire arima Jainkoaren
.maitasunez eta bakeaz bete dela

Lasaitasun espiritualaren ispiluan, Jainkoaren aurpegia
ikusiko dut

Jauna, agerian utzi iezadazu nire existentziaren
sekretua, eta lagundu iezadazu zure etengabeko presentzia
.sentitzen nire baitan eta inguruan

Gaurtik aurrera Jainkoa ezagutzen saiatuko naiz, nire
munduko betebeharrak alde batera utzi gabe, zeinak berari
.atsegin emateko betetzen ditudan

Egunero ureztatzen nituen Jainkoak nire arimaren
lurzoruan landatu zituen haziak, eta bere errukiaren
eguzkiak haien gainean argitzen zuenean, haziak ernetu,
hazi eta poz eta gogobetetasun uzta bedeinkatua eman
.zuten

Behin, Jainkoaren gizonetako bat ibaian bainatzen ari
zela, beste gizon bat etorri eta bere zaldia garbitzen hasi zen
gizon zintzo horren ondoan, nahita eta arduragabetasunez
urez zipriztinduz. Santuaren dizipuluak asaldatu egin ziren
eta erasotzailea jo eta uxatu nahi izan zuten, baina
.irakasleak esan zien ez egiteko, baizik eta bakean uzteko
Bat-batean, zaldiak jabeari ostiko bat eman zion,
hainbat hortz hautsiz eta ateraz. Gizon onak maitasunez
hurbildu zitzaion eta zaintzen eta sendatzen hasi zen.
Naturaren lege zorrotza izan zen bekataria zigortu zuena, ez
.santua

Jainkoak eta bere lege unibertsalak nekaezin eta
etengabe lan egiten dute Jainkoarengan konfiantza duten,
haren laguntza bilatzen duten eta bizitzako bideetan elkarri
laguntzen eta animatzen dioten guztien bidegabekeria
.kentzeko

Badakit mundu honetako nire lanak norberaren
hazkuntzara eramaten duela, baldin eta eskuragarri dauden
aukera guztiak arakatzen eta horietatik etekina ateratzen
.saiatzen banaiz

Bakea espiritualitatearen seinale da. Beraz, nire
espiritualtasuna neure baitan sentitzen dudana bake
.kopuruaren arabera neurtuko dut
Jauna, utzi konturatzen zure jakinduriak nire ulermen
eusten duela, eta zure nonahikotasunak nire bizitza
.zeharkatzen duela
:ziur egoteko

Nire osasuna eta bizitasuna mantenduz, eta balio
moralei eutsiz, gizateriari laguntzen diot nire bizimoduaren
.bidez
Itsu nengoenean, ez nuen zuregana eramaten zuen ate
bakar bat ere aurkitzen, baina orain begiak ireki
.dizkidazunez, ateak nonahi aurkitzen ditut
Zure agerpen distiratsuaren egunsentiarekin, nire irrika
arrosak loratuko dira nire bihotzeko lorategian, eta arrosa
horietatik koroa bat ehunduko dut eta zure atarian jarriko
.dut

Jauna, zure maitasunaren izpiak nire espazio
espiritualean distiratzen diren heinean, ezjakintasunaren
lainoa desagertzen da eta ziurgabetasunaren hodeiak
.desagertzen dira
Argi iturria, izpi kosmikoen hormen atzean ezkutatuta
zaude, ireki nire ikusmenaren leihoa, nonahi agertzen ikus
.zaitzadan

Segurtasuna eta babesak eskatuko ditut lehenik eta
behin, eta uneoro, etengabe pentsatuz beti jainkozko
.babespean nagoela

Ene Jainko maitea, bide onetik aldentzen banaiz, hartu
nire eskua eta gidatu nazazu bide horretara itzultzeko. Huts
egiten badut, lagundu iezadazu arrakasta lortzen. Eta batez
.ere, ezjakina banaiz, lagundu iezadazu jakinduria lortzen
Zoriontsu izateko erabaki sendoa hartzeak lagunduko
dizu. Ez itxaron egoerak aldatzeko, zure arazoak hor daudela
imajinatuz. Eta ez utzi zorigaiztoa zure bizitzaren ohiko zati
bihurtzen, zuri eta ingurukoei eragin negatiboa izan ez

dezan. Zoriontsu bazara, bedeinkapena da zuretzat eta
besteentzat; zoriontasuna baduzu, dena duzu, eta zure
.zoriontasunak Jainkoarekin harmonian zaudela esan nahi du
Atzo egin genuenak gure egungo egunen izaera zehaztu
zuen, eta gure oraingo ekintzek zehaztuko dute nolakoa
izango den gure biharko eguna
Ezjakintasuna lehenik gure barnetik desagerrarazi behar
.da, eta gero haren presentzia desagertuko da gure kanpotik
Plazer iheskor guztiak eta aldi baterako anbizio guztiak
jainkozko ezagutzaren betikougarra pizteko adar sorta gisa
.erabiltzen ditut
Jainkoak bere burua agertuko dit, baldin eta Hari buruz
dudan pentsamendua pentsamendu intrusibo eta distrakzio
.mental guztiak baino indartsuagoa bada
Arimaren xuxurla-uhinekin beteko dut bihotza, eta irrika
freskagarri eta distiratsuaren ur isuriko dut arima egarrien
.edalontzietan
Olatuak eusten dion ozeano zabalaren ukitua sentitu
behar du Nik sentitzen dut espirituaren ozeano osoa,
zeinaren sakonera infinituetan flotatzen duen nire
.kontzientzia
Ahalegina egingo dut hura ezkutatzen duten maskaren
atzean ezkutatuta dagoen egia aurkitzeko, orduan ez naiz
.kanpoko indarren menpe egongo
Uste dut laguntza behar gehien denean etorriko dela,
.jainkozko legeak eraginkortasunez funtzionatzen baitu
Zer zentzu du bizitzak, aurkitzen ditugun zailtasun eta
?erronkarik gabekoa bada
Tristuraz eta etsipenez inguratutako une batean, zure
:ahotsa xuxurlatzen entzun nuen
Nire eguzki babesleak berdin distira egiten du zure
bizitzako ordurik distiratsuenetan eta ilunenetan. Sinistu,
irribarre egin eta utzi nire sendatzeko argia zure irribarreen
.gardentasunean distira egiten

Jauna, batu itzazu gure bihotzak jainkozko maitasunaren
tenpluan, non zure presentzia gorena bere aintza eta distira
.guztian distiratzen den

Konturatu gaitezen zu zarela lortzen saiatzen garen
helburu bakarra. Ez ahaztu gaitzazu ere, eta gogoratu
.gaitzazu ere, nahiz eta ez zaitugun gogoratzen
Zureganako gure irrika etorri eta joan daiteke, distira
egin eta itzali egin daiteke, baina betiko itunari leial izaten
.jarraitzen duzu, jator eta maitekorra
Onartu gure arimen irrika eta gure bihotzen maitasuna,
Jauna

Maitasunaren sarea kontzientziaren ozeanoan bota nuen
eta harrapaketa preziatua harrapatu nuen
Jauna, eskatzen dizut nire arimaren argia zure argi
handiagoarekin nahas dadin eta nire bihotza zure jainkozko
maitasunaz taupada dadin, zure argia eta maitasuna arima
.harmoniatsu guztietan zabaldu ahal izateko
Gaur denbora eskainiko diot Jainkoarekin egoteko,
pentsamendu hutsalak alde batera utziz eta ilusio faltsuak
.baztertuz

Nire lasaitasunaren zerua betetzen duten poz izpiek
zure etorrera bedeinkatua iragartzen dute. Orain edo
geroago agertzen zaren ala ez, ziur nago egunen batean
topo egingo zaitudala, nire bihotzak maite eta nire arimak
.irrikatzen zaituen zu

Bi ingurune mota daude: barne ingurunea eta kanpoko
ingurunea. Eragin negatiboetatik babestuko dut neure burua
.eta egia eta zuzentasunaren alde egingo dut ahalegina
Badakit mundu honetan ongia gaizkia baino gehiago
.dagoela, Jainkoa baita existitzen den botererik handiena
:diseinua

Egunero aktibo egongo naiz bai maila mentalean bai
fisikoan, geldialdi mentala eta jarduera eza kaltegarriak
.baitira aurrerapen espiritualerako

Jainko maitea, ireki iezadazu zu bakarrik ikusten duen
begi hori, eta edertasun osoan zure edertasun loriatsuena
.bakarrik hautematen duena

Lurreko existentziaren ehiztari iheskorrak engainatu
gintuen, segurtasun eta babes faltsuaren ur azalekoetan
flotatzen ari ginela, ezjakintasun hilgarriaren sare batek
.inguratuta

Errukitsu Guztia, askatu gaitzazu munduko desio eta
anbizioen sare arriskutsutik, eta lagundu iezaguzu jainkozko
batasunean sakon murgiltzen, betiko salbatu gaitezen
.ilusioen sareetatik eta engainuaren tranpetatik
Jainkoaren argiaren aura batez inguratuta sentitzen dut
nire izatea, non lasaitasuna, bakea eta poza espirituala
.dauden

Ezjakintasunaren lokatza garbituko dut, espirituaren argi
.garbiak niregandik distira dezan

Norbaitek huts egiten ari daiteke materialki, moralki eta
espiritualki, baina ahaleginak bikoizten baditu eta jainkozko
argia beragandik distiratzen dela baieztatzen badu,
Jainkoarengandik hurbilago sentituko da eta bere egoera
hobetuko da. Jainkoak otoitz zintzoak eta pentsamendu
positiboak erantzuten ditu, eta hau arrakastarako oztopoak
.gainditzeko modu eraginkorra da

Pertsona batek ekintza egin aurretik, borondate askea
du, baina ekintzaren ondoren, ondorioak etorriko dira,
gustatu ala ez; hau da karmaren legea. Beraz, jakintsua da
.pentsatzea jardun aurretik

Bakea nahi dutenek eta jainkozko gozotasuna dastatu
nahi dutenek prezioa ordaindu behar dute, eta prezio hori
lasaitasuna lantzeko eta bakea sortzeko beharrezko denbora
eskaintzea da. Estresa gainditzeko modurik eraginkorrena
barne bakearekin, pozarekin eta lasaitasunarekin
.harmonizatzea da

Jauna, nire eskuak zuretzat lan egiten dute. Mundu
honetan betetzeko zeregin bat esleitu didazu, eta egiten
.dudan guztia zure omenez egiten dut
Gure bizitzak Jainkoari uzten dizkiogunean, bizitza
sinfonia eder bihurtzen dela ikusten dugu. Eta gure zeregin
guztiak egiten ditugun bitartean Jainkoaren presentzia
sentitzen saiatzen bagara, egunero guretzat betebeharrak
zehatzak aukeratzen dituela eta horiek betetzen laguntzen
.digula ikusiko dugu
Espirituaren merituak erakustean datza bakean
bizitzeko modu bakarra. Gure baitan dago etxea paradisu
.bihurtzeko boterea
Harrotasuna apaltasunarekin, gorrotoa maitasunarekin,
zirrara lasaitasunarekin, berekoikeria altruismoarekin,
gaizkia onarekin, ezjakintasuna ezagutzarekin eta
antsietatea Jainkoaz pentsatzearen eta meditatzearen
.bakearekin garaituko ditut
Gure ekintza guztiak kontzientzia espiritualaren barne-
ahotsak gidatu behar ditu
Hobe da gure bizitzak sinplifikatzea Jende argitua ikusi
dut, janarian aurrezlea, baldintza zorrotzetan bizi dena,
baina gorputzak jardueraz eta bizitasunez beteak dituztenak,
beren adimena kanpoko osasun eta asebetetze iturrietan
.erabat ez fidatzeko trebatu dutelako
Hegan egin lasaitasunaren hegazkinean jakinduriaren
gailurrik altuenen gainetik, eta ibili betiko edertasunaren eta
zoriontasun berriaren lurraldean
Gorde nazazu gaitzetik urrun, Jauna, eta bedeinka
nazazu, ez dezadan gaiztakeriarik entzun, ez dezadan
gaiztakeriarik ikusi, ez dezadan gaiztakeriarik hitz egin, ez
dezadan gaiztakeriarik arnastu, ez dezadan gaiztakeriarik
ukitu, ez dezadan gaiztakeriarik gorde, ez dezadan
.gaiztakeriarik pentsatu

Egunero gurekin egon zaitez, Jauna, gure eginkizunak
arima pozik eta zure presentzia santuak lurrindutako
.bihotzekin bete ditzagun

Gure sufrimendutik askatu nahi dugulako, irakaspen
espiritualetara jotzen dugu. Munduko metodo eta ikuspegiak
ez dira irtenbidea. Jainkoa da irtenbidea. Gizateriak esnatu
eta jakinduriaren argiarekin ezjakintasunaren iluntasuna
uxatzeko garaia da. Bizitzako gauzarik onena kontzientzia
.garbi baten santutegian bizitzea da
la denek sentitzen dute ez dutela aurrerapen espiritualik
egiten, hau da, ez direla aldatzen edo hobetzen ahaleginak
egin arren. Faktore askok oztopatu dezakete gure
aurrerapena, eta gure betebeharra da bizitzari objektiboki,
kritikoki eta analitikoki begiratzea faktore horiek
.identifikatzeko eta nola konpondu eta gainditu ikasteko
Besteei laguntza psikologikoa eta materiala ematen
dien eta bihotza adeitasunez eta errukiaz gainezka duenak,
.ematen duena itzultzen zaiola ikusiko du
?Desioen Arbola Zer Lortu Da



Aspaldi, ermitau deboto bat bizi zen herrialde jakin
batean eta urte asko eman zituen mendien artean
.bidaiatzen, Nahien Arbola izeneko zuhaitz arraro baten bila
Kondairak dioenez, Paradisuko ninfek landatu zituzten
zuhaitz zoragarri hauek eta aszetek bakarrik aurkitzen
dituzte, diziplina espiritual zorrotzak praktikatzeagatik sari

gisa. Esaten da zuhaitz hauek beren adarren azpian esertzen
.den edonoren nahiak eta nahiak betetzeko ahalmena dutela

Eremita honek sakonean sentitzen zuen zuhaitz hura
aurkitzea merezi zuela bere ahalegin nekaezinari, zailtasunei
borondatez egindako onarpenari eta bere buruari ezarritako
diziplina zorrotzari atxikimenduari esker. Baina jarduera eta
ariketa horiek guztiak gorabehera, oraindik ikasi behar
zituen ikasgaiak zeuden. Argitasuna nahi bazuen ere, beste
.desio ez hain esanguratsu batzuk ere bazituen
Desio horien artean, Desioen Zuhaitza aurkitzeko irrika
zegoen. Mendiko bide malkartsuek oinutsik higatu zioten
bihotzeko desioaren objektuaren eta bere irrika sakonenak
betetzearen bilaketa etengabea. Barne sentimenduak
etengabe ziurtatzen zion bere desioa beteko zela, eta
zuhaitza zain zegoela bere ahalegin espiritualen sari natural
gisa, pertsona arrunt baten gaitasuna eta erresistentzia
.gainditzen baitzituzten

Gure lagunak bere intuizioan arrazoi zuen. Mendi
garaietako haran batean, hosto zabaleko zuhaitz bat aurkitu
zuen, eta berehala jakin zuen, bere ikuspegiari esker,
.betidanik bilatu eta aurkitu nahi izan zuen altxorra zela
Irrikitan eta berehala, zuhaitzaren adar atseginetara
hurbildu eta azpian eseri zen. Zuhaitz paregabe honen
botere apartekoak bizitzeko, begiak itxi eta bere buruari
esan zion: "Hau benetan desioen zuhaitza bada, izan bedi
"!gotorleku sendo bat niretzat
Pentsamendua burutik igaro bezain laster, jauregi bikain
bat agertu zen zuhaitzaren ondoan, arrosa freskoz, albahaka
usaintsuz eta zuhaitz erraldoiz betetako lorategi oparoz
.inguratuta

Mirari honekin poztu zen eta bere desio maiteena lortu
izanaren estasiak gainezka egin zion, azkenean beti bilatu
zuen zuhaitza aurkitu baitzuen. Ez zuen denbora asko
itxaron bere hurrengo desioa adierazteko, esanez:
"Neskameen abesbatza bat ikusi nahi dut inguruan, urrezko

plateretan janaririk finen eta goxoenak eskaintzen eta urre
distiratsuaren antzera distiratzen duten edalontzietan
zilarrezko pitxerrak baino gozoagoak diren edariak
."zerbitzatzen

Begi keinu batean, bere nahia bete zen, aurrean mahai
goxo-goxoz betetako mahai bat aurkitu baitzuen, urrezko
plateretan zerbitzatuta, eta neska eder batzuek errege eta
printzeentzako egokiak ziren janari eta edari ugari
.eskaintzen zizkieten

Gaztelu berriak eta inguruko lorategi eta sagastiek
segurtasuna eta babesa behar zutela konturatzean,
zuhaitzari eskatu zion armada indartsu batean
materializatzeko, bera eta bere altxor berriak babesteko.
Berehala, armada handi bat agertu eta gazteluaren ondoan
kanpatu zen, jauregiko ateetan guardia guztiz hornituak
.zeuden bitartean beharrezko babesa emateko

Bankete oparoa eta estravaganteaz gozatu ondoren,
bere jauregi berria aztertzen hasi zen. Marmolezko eskailera
leunduak igo eta distira liluragarriko harribitxiz jositako
.ganberetan zehar ibili zen

Azkenean, gure zorioneko ermitaua ibiltzeaz nekatu eta
beheko solairuko geletako batean bilatu zuen bakea eta
atsedena. Gela hartako leiho baxuak Desioen Zuhaitz
.loriatsuaren adar luzeek itzalpean uzten zituzten

Leiho ondoko ohe batean etzanda zegoela, ohartu zen
desioen zuhaitzaren adar lodiek argia estaltzen zutela, eta
bakardadea sentitu zuen, beldur bat sartzen ari zitzaiola
bihotzean. Isiltasuna soinu gutxi batzuek baino ez zuten
hausten, eta galdetu zion bere buruari ea lorategitik zetozen
ala jauregiko hormen atzean libre zebiltzan basoko animalia
.basatietatik

Antsietatea handitzen ari zela, pentsamendu indartsu
batek inbaditu zion burua, eta bere buruari esan zion: "Egia
da hemen armada handi bat dagoela ni babesteko, baina ez
dut soldadu bakar bat ere ikusten leiho honen ondoan zutik,

eta leihoa ez dago burdinazko barra sare batek babesten.
Zer gertatzen da basoko tigre batek leihotik sartzen bada?
Kasu horretan, irentsiko nau, eta hori izango da nire
."amaiera

Beldurraren pentsamendu hori burutik igaro bezain
laster, tigre basati bat leihotik salto egin, ermitau izutua
.hartu eta (irentsteko) abiatu zen

Zoritxarrez, ermitauak ez zuen konturatu Desioen
Zuhaitzak ez zuela bereizten pentsamendu onen eta txarren
artean. Bere helburua pentsamendu horiek gordetzen
zituztenen bihotzetan pizten ziren pentsamenduak betetzea
zen. Izan ere, Desioen Zuhaitzak ermitauaren irudi mental
.indartsua gorpuzten zuen, eta hori zen bere azken nahia
Pertsona oro bizi da bere desio guztiak betetzen dituen
desioen zuhaitz magiko baten azpian, zuhaitz hori
.borondate-indarra da

Bere nahien, desiraren eta pentsamenduen kontrola
oraindik menperatu ez duenak eskerrak eman beharko
lizkioke bere Jaunari, bere pentsamendu diziplinatu gabeak
ez baitira berehala gauzatzen, bestela, nahi basati horiek
tigre zorigaiztokoan agerpen automatikoa eragingo lukete,
.jabearen eta besteen gainean oldartuko liratekeenak
Istorioaren morala da Desioen Zuhaitzaren adarren
azpian eserita dagoen bitartean norberaren pentsamenduak
gauza positibo eta onetan zentratzearen garrantzia, hau ez
.baita gizakiaren borondatea eta adimen ahaltsua baino
Norberaren pentsamenduak beldurrean, porrotean,
gaixotasunean eta ezjakintasunean zentratzeak
pentsamenduaren mundu ikusezinetik munstroak agertzea
eragin dezake, arazo amaigabeak sortuz eta norberak nahi
.ez duenarekin harrituz

Baramhanisen jakinduriaren zatiak

Pertsona bikainak eredu dira
Haien gorputzak mugatuak izan arren

Baina konturatu ziren ozeano infinituaren parte zirela
Eta banakako forma guztiak
Itsaso kosmikoaren bularrean dauden olatuak dira
Mundu honetan geure burua mugatzen eta mugatzen

dugu

Familia txiki baten muge barruan
Baina gure bizilagunak maite ditugunean, hazten gara
Gure herrialdea maite dugunean, handiagoak gara
Herri eta nazio guztiak maite ditugunean, askoz
handiagoak bihurtzen gara
Eta gure kontzientzia Jainkoarengan murgiltzen denean
ondorengo bizitzan

Edo mundu honetan hausnarketa sakonaren bidez
Gorputz fisikoetan gauden bitartean ere
Benetan ulertzen dugu errealitatea
Ozeanoa olatuak dira
Eta olatuak ozeanotik sortu zirela
Gure artxiboko liburutegitik: Gutunak
Lagun maiteak, gure artxibo liburutegiak dauka
Irakurleek bidalitako milaka gutunen zatietan oinarrituta
Herrialde ezberdinetatik, beren esperientziak azaldu
zituzten

Paramhansa Yogananda maisuaren irakaspenekin
Hemen gutun horien lagin bat itzuli dut
Zure iruzkin eta mezu askorekin bat datorrelako
Honek frogatzen du gizakiaren esperientzia bat dela
Eta bihotz irekiak eta pentsamendu harmoniatsuak
Elkarrekin topo egiten dute, nonahi daudela ere
Maitasunez, ontasunez eta bakez
Mezu hauetako gehiago nahi badituzu
Pozik eskainiko nuke gehiago
Maitasun zintzoarekin eta desiorik onenak
Mahmoud Abbas Masoud
Orain, mesedez, irakurri mezu batzuk

Irakaspen hauek gauza berriak esploratzen lagundu
zidaten

Gure bihotz guztien barruan dagoen bake infinitua
Etorkizunean konfiantza handiagoa eman zidan
Eta Jainkoarenganako eta hura ezagutzen
dutenenganako maitasuna handitu nuen
Benetan argia eta bedeinkapena ditu
* * *

Jainkoarekiko esker oneko sentimendu izugarria
sentitzen dut
Nork gidatu ninduen irakaspen espiritual hauetara
Esker oneko eta esker oneko sentimendu batek
gainezka egiten dit
Jainkoari esker jaso nuen laguntzagatik
Eta Paramahansa jakintsuaren hitzaldiak
Abentura zoragarri batean murgildu naizela sentitzen
dut, gainera
Nire bizitzako meategian arimaren altxorrak ezkutatuta
aurkitzeko
* * *

Paramahansa maisuaren irakaspenetan
Bakearen, indarren eta bizitasunaren etengabeko
iturburu bat aurkitu nuen
Zaila da datozen onura guztiak zerrendatzea
Bere pentsamendu gorenetatik nire eguneroko bizitzara
* * *

Hitzaldi hauek behin eta berriz irakurri ditut
Gauza berriak aurkitzen ditudan bakoitzean, balitz
bezala

Inoiz ez dut lehenago irakurri
Niretzat, energia iturri ugari eta kimu bat da
Jainkozko ezagutzatik, inspiraziotik eta maitasunetik
* * *

Zenbat eta gehiago irakurtzen ditudan irakaspen hauek
arretaz eta hausnarketaz

Nire bizitzan hobekuntza nabarmena sentitzen dudan
bakoitzean

Maila materialean, psikologikoan eta espiritualean
Propietate magnetikoak ditu
Ontasuna eta gauza on guztiak erakartzeko

* * *

Hitzaldi hauek irakurtzen nituenean
Goranzko bidean nengoela sentitzen hasi nintzen
Goialde intelektual eta espiritualetara igotzen naiz
Ez nintzen lehenago konturatu horretaz
Uste dut, gainera, asko hobetu duela nire bizitzan
Eta aberatsagoa eta anitzagoa egin zuen
Iraganean erdi esna nengoen
Eta orain kontzientzia areagotua sentitzen dut
Eta sentikortasuna sentimenduetan
Nire nahia ideia hauek zabaltzen laguntzea da
Nik ere onura izan dudan bezala, beste batzuek ere
etekina atera diezaioten

* * *

Betikotasunetik xuxurlatzen " irakurtzen amaitu berri"
.dut

Paramhansa irakasleari, eta bake ugari sentitzen dut
Jainkozko maitasunak betetzen du nire izate osoa

-

Apaltasunaren eta harrokeriaren arteko konparaketa
Apaltasuna kontzientziaren haran emankorra da
Jainkozko euria ugari isurtzen eta biltzen den tokian
Eta ezinezkoa da euria mendi tontorrean biltzea ere
Horrela, ezagutzaren urak ezin dira harrotasun
arrogantearen buruaren gainean bildu
Harrokeriak onarpenari eta irekitasunari atea ixten dio,
.eta horren bidez sartzen da ezagutza
Apaltasunak ateak zabaltzen ditu
Jakinduria etorri eta ezarri dezan eskatzen du

Harrokeria pertsona harroputzaren aurpegian idatzitako
itsuskeria ikusgarria da
Jendea gaitzesten du eta urrun mantentzen da
harengandik
Apaltasuna usain atsegina da, bere jabea guztiek
.maitatua eta desiratua egiten duena
Harrokeria gutxiagotasun konplexu batetik dator
Nagusitasun konplexu gisa agertzen dena
Apaltasuna jakinduriatik jaiotzen den bitartean
edo autoezagutza
Harrokeriak egiaren bilaketa ukatzen du
Apaltasunari dagokionez, leuna eta egiari ongi etorria
ematen dio
Bere arimaren Santuen Santuan sartzeko eskatzen dio
Harrokeriak bere ezintasuna erakusten du bere
saiakeren hutsen bidez
Besteak gutxiestea eta txikiago agertzea
Apaltasuna, ordea, bihotzak ulertzeko seinale zoragarria
.da
Handitasun eta nobleziaren adibide distiratsua
Banakaia harroek janzten duten kapa gardena da
Apaltasuna duintasunaren eta apaltasunaren jantzia da
Harrokeriak lagunak eta egia uxatzen ditu bere bizitzatik
Apaltasunak lagunak eta ulermena erakartzen ditu
Harroputz pertsona lata huts baten antzekoa da,
.kolpatzean zarata ateratzen duena
Pertsona apala jakinduriaren edari bedeinkatuaz
.betetako ontzi baten antzekoa da
Apaltasuna erakargarria da; zoriontasuna zabaltzen du
inguruan
Lagun zintzoak eta arima onak erakartzen ditu
Pertsona xumeak ontasuna eta bedeinkapenak ekartzen
ditu bere bizitzara
Bere apaltasunarekin, arrosa fresko eta usaintsu baten
antzera

Jainkoak zure bizitza zoriontasunez eta poztasunez bete
dezala
Anbizioa eta delinkuentzia
Milioidun izateko anbizioa
Aberastasunaren maitasuna eta lausenguaren irrika
Benetako zoriontasunaren estandar faltsua da
?Eta nork nahi du milioidun bihurtu modu honetan
Ez du bere buruari min egiten bakarrik
Beste batzuei ere kalte egiten die
Miseria eta zorigaitzera eramaten dituzten bideetatik
eramaten dituelako
Adibidez, hotel bateko langile soil bat
Milioidun bat arropa garestiak jantzita ikusten duena
Luxuzko auto batetik irteten da harrotasunez eta
harrokeriaz
Gidari pribatu batek gidatzen du
Inbidia dio bere itxurazko bedeinkapenengatik
Bere bizimodua imitatzen saiatzen da
Dirua maileguan hartu eta auto bat erostera jotzen du,
agian bigarren eskuko bat
Mantentze-lan garestiak behar ditu
Eta beste luxu batzuk erosten ditu
.Oker uste duena
Itxura jakin bat emango dio
Ponpa hutsetik eta aberastasun ilusoriotik
Arima pobrea da, bere baliabide urriekin jolasten ari
dena
Erraz saihestu ditzakeen arazoei aurre egiten die
Gutxi dira konturatzen direnak
Bere osasuna eta zoriontasuna sakrifikatzen duen
pertsona
Beldurren eta lan nekagarriaren aldarean
Nerbio-matxura eta bihotzeko arazoak
.Milioidun bihurtzeko

Benetan engainatzen ditu adimen sinpleko eta adimenik
gabekoak
Bide irristakorretatik ibiltzeko
Bizitza itxura engainagarrien bidez neurtzen den lekuan
Zoriontsu izatearen itxurak egitea
estandar faltsu horri dagokionez
Aberastasuna da bizitzako azken helburua, eta hortik
haratago ez dago beste helbururik
Horrek jendea engainu eta iruzurretara jotzen du
Buru sinplekoak engainatzeko eta bizibidea lapurtzeko
Bizimodu ohitura xelebreak
Dirua nola egiten den kontuan hartu gabe
Laudorio eta lausenguetan gozatzea xalotasunaren
seinale da
Harrokeria mespretxagarri eta itxurakeria
nazkagarriengatik
Honek guztiak aberastasunaren bila dabilena gutizia
handiagoa izatera bultzatzen du
Eta metodo maltzurak asmatzen
Edo xantaia eta praktika ez-etikoetara jotzea
Luxu gehiago lortzeko
Kanabera urratuaren antza duena
Heltzen duen eskua mintzen duena
Eta ez makurtu horretan
luxuzko bizitza
Edozein modutan dirua edukitzeko nahia
Eta etxe xume batean bizitzearen beldurra
Eta egoera ekonomikoa galtzearen beldurra
Familiaren eta gizartearen begietan
.Berekoikeriaz gain
Hauek guztiak gaizkiaren aitzindariak dira
Kalkulatu gabeko abenturak
Beharrean daudenekiko enpatia galtzea
Denok modu sinplean biziko eta jantziko bagina bezala
Luxuzko bizimoduaren moda amaitu da

Zein da gehienetan eramaten duena
Miseria eta frustrazio gehiegi
Eta jendeak ezaugarri espiritualak lantzen saiatu zen
Eta ozpin noblea horren ordeztu
Berekoikeria ezabatu behar da
Bizimodu sinplea eta pentsamendu findua egin zituen
Araua eta proba irizpidea
Ez da beharrezkoa harremanik edo lankidetzarik
.Aberastasuna pilatu dutenekin
Besteek sentitzen dutena sentitzen ez dutenak
Haien bihotzak ez dira biguntzen beren anaia
zorigaiztokoekiko
Zapi zarpailduekin eta gosez hiltzen ikusi bazituzten ere
Aberastasuna bera ez da bekatua
Aitzitik, bedeinkapena izan daiteke jende on eta
eskuzabalaren eskuetan
Jainkoak bere grazia ugariz aberastu dituenak
Besteei laguntzeaz gozatzen dutenak
Eta pobreziaren eta injustiziaren amesgaiztoa kendu
zien sorbaldeetatik
Hitzek eraikitze edo suntsitzeko botere izugarria dute
Doluminak eta kontsolamendua emateko
Edo espirituak zapaltzeko eta sentimenduak apurtzeko
Badira nahasmena eta nahasmena sortzen duten hitzak
Kezkak uxatu eta bihotzak baretzen dituzten hitzak
Konfiantza eta erosotasuna ematen ditu
Gerra gogorak pizten dituzten hitzak
Giroa leuntzeko hitzak
Eta zorigaitzak eta zamak arintzen ditu
Jainkoak dohain asko eman dizkio gizakiari
Honek norbera adierazteko gaitasuna barne hartzen du
Ahozko, idatzizko eta entzunezko hitzean
Pertsonen arteko komunikazio esanguratsu eta
intimoaren mesedetan
Gizateria familia bat da

Itxuraz desberdinak diren kontuan hartu gabe
Hitzak jendea hurbiltzeko tresna izan daitezela, ez
.mehatxatzeko

Lasaitasuna sortzeko, ez izua eta desadostasuna
zabaltzeko

Harmonia ezartzeko, ez desadostasuna ereiteko
Oztopoak eta eragozpenak kentzeko
Ez bideak arantzaz eta oztopoez betetzeari
Erregeari irakatsi zion erabiltzailearen istorioa
Aspaldi, errege batek bere menpeko bati esan zion
galdera zehatz bati erantzuten ez bazion, urkamendia zain
.zuela

" ?Gizonak erantzun zuen: "Zein da galdera, Majestate
Erregeak galdetu zuen: "Esadazu, non dago jainkozko
" ?kontzientzia

Gizonak bi asteko epea eskatu zion erregeari erantzuna
.emateko, eta erregeak eskaera onartu zion
Ondoren, etsita itzuli zen bere lanera eta nagusiari esan
zion erregearen galderari bi asteko epean erantzuten ez
.bazion, bere bizitzarekin ordainduko zuela
Erabiltzaileak, ausardia eta adimenagatik ezaguna
zenak, esan zion
Utzi zure izenean joaten eta neuk erantzungo diot "
" galderari

Erabiltzailea erregearengana joan zen eta esan zion
Lehenik eta behin, utzi iezadazu zure tronuan "
esertzen, zeren ez dakizun zerbait esaten dizudan bitartean,
" zure nagusia naiz
Erregeak bere tronua aurkeztu zion erabiltzaileari, eta
esan zuen

" ?Esadazu, non dago jainkozko kontzientzia "

Tronuan eserita zegoen erabiltzaileak erantzun zuen:

" "Ekarri behi bat

Behia ekarri zuten, eta erabiltzaileak galdetu zuen: "Non

" ?dago esnea

" Erregeak erantzun zuen: "Urdailuan
Erabiltzaileak erantzun zuen: "Ez da horrela, esnea ez
dago uzkie bakarrik, behiaren gorputzeko atal guztietan
" baizik, esnea baita behiaren funtsa
Orduan, erabiltzaileak esne-ontzi bat eskatu zuen, eta
ontzia ekarri ziotenean, erregeari galdetu zion: "Non dago
" ?gurina

" Erregeak erantzun zuen: "Ez dut gurinarik ikusten
Erabiltzaileak esan zuen: "Gurina hor dago, baina esne
osoan zehar banatuta dago. Esnea irabiatu eta gurina
."banandu eta gainazalera igoko da
Behi baten gorputzeko atal guztietan esnea dagoen
bezala, eta gurina esne molekula guztietan banatzen den
bezala, jainkozko kontzientzia existentziaren atomo
.guztietan dago

Horrela, erabiltzailearen jakinduriak bere nagusiari
bizitza salbatu zion, erregeak bere galderari erantzun zuzena
.jaso baitzuen

Jainkozko kontzientzia ez da argituentzat bakarrik;
guztion arimetan eta bihotzetan existitzen da. Meditazioan
sakon murgiltzen den edonork bere bihotzeko atea irekiko
du, jainkozko kontzientziaren presentzia sentituko du eta
bizitzaren liburua irakurriko du benetako sentimendu hori
.gabe, galdera erantzunik gabe geratuko da

Jakintsuek diote

Pertsona bat bizitzan baliagarria izan dadin
Asmo gaizto guztietatik libratu behar du bere burua
sentimendu mingarriak eta mendeku nahia

Atsekabe justifikatua ere

Maitasuna ezin da tronutik kendu
Maitasunak sentimenduen gainetik gailendu behar du
Pertsonen arteko elkarrekintzaren oinarria osatzen du
Bizitzan badaude neurrigabe hobeak diren gauzak eta

interesak

Gorrotoa eta erresumina sentimenduak pizteaz

Besteak kaltetzeko eta tranpatzeko planak
Eta infernuko suak euria botatzen
Modu jakin batean jokatzeko dutenek ere
Ez da egokia giza egoera noblearentzat
Gizateriak gaiztakeriak pizteari eta areagotzeari utziko
...balio

Horren ordean, pozik egoteko begia erabiltzen du
Sortzaile Ahalguztidunak eman zion
Norberarentzat eta besteentzat ongia egitean
zentratzea
Pentsamendua eta sentimenduak gorrotoa mugatzen
dituelako

Ongiaren tresnak desgaitzea
Jainkoak gizateriari eman diona, erabil dezaten
Lurralde honetara egindako bidaia laburrean
Foku okerrak bihotz gogortuak dakartza
Eta susmo txarrak eta sentimendu etsaiak esnatzeko
Bihotzean errotuta geratzen bada, zaila da kentzea
Egoera tamalgarria da, non ikuspegi pesimista ahuldu
.den

Eder dena itsusi bihurtzen da, eta eder dena zital
bihurtzen da
Osasun tresnak ere fabrikazio tresna bihurtzen dira
Toxinak eta gaixotasun gaiztoa
.Hori infernua da
Jainkoak gu eta zu horretatik urrun gorde zaitzala
Eta bere gaiztakeriari eta bere gaiztakerien inguruan
Bakea izan bedi zurekin
Beti maitasunez inguratuta egon zaitezela

Kontzientzia kosmikoaren eguzkia

Artikulu hau East and West aldizkariaren lehen alean
agertu zen 1925ean. Aldizkari hau, geroago Auto-Ezagutza
aldizkaria bezala ezagutuko zena, helburu bakarrarekin sortu

zen: herriak elkarrengandik hurbiltzea eta nazioek dituzten ezaugarri eta ezaugarri berezienak erakustea, Lur planeta honetako giza eraikin handia eraikitzen lagundu dutenak eta .laguntzen jarraitzen dutenak

Irakasle handiak urte askotan lan egin zuen maitasun eta anaitasun espiritua sustatzeko jendearen artean, esperientzia eta ezagutza trukea sustatuz bizitza zoragarriagoa, ederragoa eta esanguratsuagoa izan zedin.

Zentzu honetan, esan zuen: "Ezagutzarako dugun goseak gure desberdintasun txikiak ahaztarazi behar dizkigu eta besteen egiak pozik onartzera bultzatu. Ekialdeak eta Mendebaldeak presta daitezela beren herriek duten onena trukatzeko, jende guztia anai-arrebak baikara, eta guztiok .\"aberri unibertsal bakarreko seme-alabak baikara

Muino txiki batean eseri nintzen begiak itxita eta inguratzen ninduen iluntasun beltzari begira nengoen. Hasieran, iluntasuna baino ez nuen ikusten, baina ezezaguna baina ezaguna eta aldi berean ezaguna zen zerbaiten bila .nenbilen

Begiak ireki eta mundu bikain eta alaia begiratu nuen, ilargi-argiaren hedadura amaigabe batez eta espazioaren zabaltasunean distira egiten zuten izarrez apaindua, belusezko bezain leunak ziren esmeralda-berdeko belarrak zituzten zelai eta muino irribarretsuak, mendikate distiratsuak, itsaso nahasien gainean hausten ziren olatuak eta gizateriaren lorpen eta asmakizun ugariak erakusten zituzten hiriak. Hala ere, ikusten nuen guztiak hausnarketan denbora galtzea leporatzen zidan, ametslari bat izateaz .akusatuz, fantasiazko mundu batean galduta

Munduak esan zidan: "Zergatik ixten dituzu begiak eta nire edertasuna zure bistatik aldentzen duzu, eta iluntasun \"?hutsean eta hutsune ilunpean bizi zara

Nik xuxurlatu nion: "Ai, ausarta den intrusoak, barneko edertasuna ez balitz, zure edertasunak ez luke distirarik edo \"!distirarik izango

Pentsamendu hau burura etorri zitzaidan bezain laster,
dei ezkutu bat sentitu nuen nire arimaren txoko sakon
batetik, eta nire zentzumenak dardarka hasi ziren eta nire
.gorputzeko zelulak berpiztu ziren
Berriro begiak itxi nituen iluntasun itsaso bat ikusteko.

Arretaz begiratu nuen iluntasun beltzaren bihotzean, argi
izpi baten bila —baliteke existitzen zen argi bat, aurkitu arte
bilaketa bat besterik ez zuena behar—. Bat-batean,
pentsamendu ahul, ia argitsu bat ikusi nuen ganbera sakon
eta sekretu haren txoko batetik ateratzen. Ideia ahul
horretan jarri nuen arreta, eta gero eta distira handiagoa
.egin zuen, bere distira ezkutua agerian utzi arte
Eta aurkitu nuen han begirik gabe ikus nezakeela eta
pentsamendu bakoitza tximista bezala distiratzen ikusten
nuela, distiratzen duen eta gero desagertzen dena, edo nire
gogoaren zeruan bat-batean agertzen eta gero desagertzen
den argi-isuri bat askatzen duten meteoro distiratsu ugarien
multzo bat bezala distiratzen. Distira, txinparta bakoitza
zenbatu ahal izan nuen, eta bakoitzaren denbora eta energia
!balioa konturatzeko. Zein ikuspegi metafisiko loriatsua
Eta belarririk gabe ere entzun nezakeen, eta hain argi
entzun nion nire pentsamenduen ahots ahul baina
trumoitsuari. Bai, kontzientziaren xuxurla baxuei eta
jakinduriaren ahots isilei entzun nien. Ahots horiek esaten
zuten guztia hain argi entzun nuen, lehenago inoiz entzun ez
banu bezala. Eta lehen aldiz, barneko senide ikusezin hauen
presentzia sentitu nuen. Haien errukia eta nirekin zuten
axolagabekeria sentitu nituen. Nire izatearen sakonean
aspaldi bizi izan ziren senide hauek, ganbera ilunetan, nire
patua planifikatzen, koordinatzen eta moldatzen. Hala ere,
ezkutuan, apal eta gordeta egon ziren, presentziarik edo
.existentziarik ez balute bezala
Lan izugarria egiten duzue, senide eta lagun sekretuak!
?Zergatik ez zarete hain argi eta garbi agertzen

Giza adimenen begirada zakar eta zakarrek beldurtzen
zaituzte? Edo agian pentsamendu findu eta delikaturako gai
ez diren mentalitateen ilunabar zurbilean agertzearen beldur
zara! Edo agian materia trinkoaren bibrazio bortitzek
!itotzearen beldur zara

Hala ere, zein trebea zaren gela ilunetatik irteten etxe
orratzak, zubi erraldoiak eta era guztietako lorpen
materialak eraikitzeko, eta gero inork ikusi edo ospatu gabe
!itzultzen

Gauaren iluntasunean zehar lasterka dabilen trena,
hegazkin orrotsuak, ozeanoaren gainazalean herrixkak
bezala flotatzen ari diren itsasontzi ahaltsuak, artearen
maisulanak, Atenea Birjinaren tenplua, Partenoia eta Taj
Mahal gizakiak egindako mirariak dira, eta guztiek zu eta
pentsamendu ahaltsuak inspiratutako zure botereak
!ekartzen dizkirate gogora

Baina aintzira ikusten dudanean, bere ur distiratsuekin,
egarria asetzera deitzen, eta hodei ilunak ibaiak eta ur-
jauziak askatzen dituztenean, fruta gozo eta goxoz betetako
zelaiak eta zuhaitzak elikatzeko; eta ilbetearen argia gauean
pizten ikusten dudanean, eta urtaroen zikloa behatzen
dudanean, eta lurra belarrez estalitako alfonbra lodi batez,
eta horizontearen gortinako izpiek forma emanaz
zizelkatutako hodei gorriak, irudi bikain eta paregabe horiek
guztiak ikusten ditut, eta esku kosmiko hori kontenplatzen
!dut botere eta jakinduriaz lanean nonahi

Eta harriduraz pentsatzen dut eguzkiari, ilargiari,
planetei, lurrari, naturari, urtaroei, indaritsu guztiei, itsasoei
eta itsasaldiei, gizakiari, bizitzari eta heriotzari agintzen dien
ahots kosmiko horretan, eta haiek haren ahotsa entzuten
.dute eta obeditzen diote

Ba al dago mugarik edo amaierarik gabeko txoko
ezkuturik, non ideia argituak ezkutatzen diren eta
?unibertsoan inork ohartu gabe funtzionatzen duten

Oroitzapenen leihoetatik begiratu eta haurtzaroaren
hasiera gogoratu nuen, nire kontzientziaren eguzkia nire
bizitzako zeruan altxatu zenean. Eta subkontzientearen
iluntasunetik poliki-poliki altxatu zenean, nire gogoaren
horizontearen zati txiki bat baino ez zuen argitzen, beraz, ez
nuen ezer ikusi nire ama, nire jostailuak eta kolore
.ezberdinetako gozoki zati batzuk baino
Geroago, nire kontzientzia distiratsuagoa bihurtu ahala,
nire buru-horizontearen zati handiagoa ikusi nuen; argitu
egin zen, eta lehenago inoiz ikusi ez nituen gauza asko ikusi
nituen. Nire lagunak, senideak, bizilagunak, nire herrialdea
ikusi nituen: dena agertu eta nire ikusmen-eremuan sartu
.zen

Nire gogoaren zeruan, nire kontzientziaren eguzkiak
etengabeko eta indartsu argitzen zuen, lehen ezkutuan
zegoen guztia argituz. Pertsona guztiak, nazio guztiak, izaki
guztiak, natura, planetak, izarrak eta elektroiz distiratsu
guztiak ikusi nituen. Kosmosa eta espazio infinitua ere ikusi
!nituen

Eta lehenago ez nekien nire gogoaren iluntasunean
!kontzientzia kosmikoaren eguzkia aurkituko nuela
Joera gaiztoak kontrolatzea

**Alkohol gehiegi edaten duen pertsona mendeko
bihurtzen da, eta mendekotasun horrek ohitura
kaltegarri eta maltzurra sortzen du. Edateari uzteko
ahaleginik egiten ez badu, alkoholiko bihur daiteke,
alkoholarekiko irrika kontrolaezina jasanez. Pertsona
zorigaiztoko hauek askotan dirua alkoholean
gastatzen dute. Gutxi jaten dute eta badijadi edari
mozkorgarritik bertatik elikadura lortzen dutela.
Ohitura suntsitzaile hau errotzen den heinean, beren
osasunarekiko eta beren etxeetan, komunitateetan
eta munduan duten posizioarekiko erantzukizun
zentzua galtzen dute.**

Aurreko alkoholiko mozkortuen deskribapena "alkoholiko mentalak" deitzen dudanaren ilustrazio bat besterik ez da. Alkoholiko mental edo psikologiko hauek beren egoera psikologiko espezifikoaren arabera sailka daitezke, eta hauek kronikoak eta sendaezinak izan daitezke, hala nola haserrea, beldurra, sexualdesira neurrigabea, besteak kaltetzeaz gozatzea, jokoa, lapurreta, inbidia, gorrotoa, gutizia, umore txarra, xarlatanismoa, ergelkeria eta eromena.

Pertsona batek haurtzarotik haserre, beldur, inbidia edo aipatutako ezaugarrietako edozein eztanda anormalak erakusten dituenean, frogatu da ohitura psikologiko anormal horiek aurreko bizitzan eskuratu dituela. Gurasoek, adin txikian ere, joera psikologiko kaltegarri horietako bat ikusten badute seme-alabengan, gaia serio hartu beharko lukete eta neurriak hartu beharko lituzkete haurrak mendekotasun psikologikoa garatzea saihesteko, ahal dela, tutore espiritualen zaintzapean ingurune desberdin batean jarritz.

Konpainia onarekin eta hainbat urtez giro babesgarri batekin, buruko gaixotasuna duen alkoholiko bat askatu daiteke bere bizioaren menpekotasun itogarritik. Ingurune babesgarri batean arreta medikoa behar bezala jasotzen duen bitartean, buruko gaixotasuna duen alkoholikoari bere ohitura gaitzesgarrien ondorio larrien berri eman behar zaio, eta horiei buruz hausnartzera eta ahalegin zintzoa egitera animatu behar zaio portaera gorrotagarri eta suntsitzaile horiek edozein egoeratan ez erakusteko. Aurreko enkarnazio batean eskuratutako buruko gaixotasun bat duen ohitura orok indartu eta finkatzen du kontzienteki, harik eta norbanakoa hitzaren zentzu guztietan haren esklabo bihurtu arte.

Pertsona haserre, lizun edo zikoitzdunak bere lekua ahazten du eta gizartearekiko duen harremana alde batera uzten du, bere bizitza eta besteen bizitzak suntsitzen dituzten akats larriak eginez. Burutik gaixo dauden pertsona horietako askok uste dute beren ohitura psikologikoak adieraziz, askatzen ari direla eta arintzea aurkitzen dutela. Hala ere, bulkada kaltegarrietan murgiltzea ondorio latzak dituen ohitura da, portaera nazkagarri hori behin eta berriz adieraziz, pertsona psikologikoki mendeko bihurtzen baita, besteen begietan barregarri bihurtuz, nonahi eta uneoro.

Haurrak ingurune toxiko batean jartzen badira beren adimena oraindik garatzen eta moldagarria den bitartean, ohitura txarrak garatuko dituzte, eta horiek, kontrolatzen ez badira, buruko gaixotasun larriak sor ditzakete. Gurasoek bat-bateko aldaketa bat nabaritzen badute beren seme-alabengan — adibidez, lehen lasai zegoen haur bat etengabe haserre egotea— arreta handia jarri behar dute, haien frustrazioaren eta etsipenaren arrazoiak identifikatu eta konpondu, eta modu berri eta eraikitzaile batzuk aurkitu behar dituzte beren energia modu onuragarri eta eraginkorrean bideratzeko.

Aipatutako ezaugarrietako edozein erakusten dutenak buruko alkoholikoak dira. Ohitura txarren uholde bortitzetan arduragabetasunez eta arduragabetasunez ibiltzen dira, beren zoriontasuna hautsiz , beren pasioen korronteei amore emanaz eta beren ezaugarri txarrenak erakutsiz.

Alferrikakoa da buruko gaixotasuna duten alkoholikoak beren joera bortitzengatik errieta egitea, ohartaraztea edo errudun jotzea. Haien egoera mentala ohitura txar errepikatuen ondorioa da. Nahasmendu psikologiko sendaezinak dituzten

buruko gaixotasuna duten paziente gisa tratatu behar dira.

Lagunak aldatzea da edozein intoxikazio mental akutu motatarako tratamendurik eraginkorrena, mentalki intoxikatuta dagoen pertsonaren borondatea ohituraren esklabo baita eta, beraz, ez baitute gaizkiarekiko erresistentziarik. Tratamendurik egokiena zuzenean bere egoera mental pozoituaren antidoto gisa jokatzeko duen ingurune batera eramatea da. Pertsona suminkorra —ahal bada— egoera probokatzailerik eta suminkorretan ere haserretzen ez diren pertsona batekin edo gehiagorekin jarri behar da. Pertsona lizun bat autokontrola duten pertsonekin inguratu behar da. Lapur profesional batek jende zintzoaren konpainia behar du. Pertsona lotsati eta beldurti bati lagun dakioke ausartak diren pertsonekin elkartzera eta heroien biografiak irakurtzera animatuz. Izaera garrantzitsua eta izaera garrantzitsua dutenek izaera alaia eta naturalki atsegina dutenekin elkartu behar dute.

Buruko gaixotasuna duen alkoholikoak gogoratu behar du idorreriak edo hesteetako funtzio eskasak, haragiaren kontsumoarekin batera, batez ere behi eta txerri haragiarekin batera, buruko gaixotasuna areagotu egingo duela eta garunean gehiago errotuko duela. Eguneroko dietan fruta eta barazki ugari sartzeak, astean egun bateko fruta-zuku baraualdia egiteak eta noizean behin baraualdi luzeagoak sartzeak asko lagunduko du ohitura kaltegarriak kontzentratzen diren garuneko eskualdeak aldatzen.

Gehiegizko sexu-jarduerak nerbio-sistema eta garuneko zelulak kaltetzen ditu, eta horrek haserrea piztu egiten du buruko gaixotasuna duen alkoholikoarengan. Gainera, gehiegizko sexu-indulgentziak borondatea ahultzen du. Beraz, buruko

gaixotasuna duten alkoholiko guztiek beren sexu-gogoak kontrolatzen ikasi behar dute , naturak agintzen duen bezala ezkontza-harremanetan neurritasuna praktikatzeko.

Askotan ikusten dugu familiako ogiaren irabazle edo hornitzaileek —aita edo semea izan, eta gizarte batzuetan, ama edo alabak— alkoholismorako joera dutela, beren posizioak kontrolatzeko eta beren borondatea ezartzeko eskubidea ematen diela sentituz. Diktadore txiki hauek ez lukete beren haserrea askatu behar haien beharrean dauden eta haien menpe dauden senideengan, hala egiten badute, maite dituztenen errespetua eta estimua galduko baitute.

Familia-diktadore batek etxean nahi duena egin dezakeela uste duenean, bere ezaugarri desatseginak eta gaitzesgarriak erakusten hasten da, baita familia-zirkulutik kanpo ere. Azkenean, lotsagarri den portaera horretara ohitzen da eta horren arabera jokutzen du, edonon eta edonoiz. Tirano hauek maite dituztenak menderatzeko duten nahia kontrolatzen ez badute, pixkanaka mentalki ezegonkor bihurtzen dira, heldutasun emozional gabe jokatzuz eta arazo handiak sortuz hurbilekoei, noizean behin haiekin elkarreragiten dutenei eta baita eurei ere.

Burutik gaixorik dagoela uste duen edonork tratamendua bilatu beharko luke. Gutxienez, besteak kutsatzen saiatzeari utzi beharko lioke. Imajinatu etxean lasai eserita zaudela, agian tximiniaren ondoan liburu bat irakurtzen, eta bat-batean usain txarreko mofeta bat sartzen zaizula etxean! Jakina, iskanbila sortuko da, eta zuk eta ingurukoek mofeta uxatzen saiatuko zarete, produktu kimiko desatseginetan bustiz. Ondorioz, bai etxea bai mofeta kaltetuko dira.

Era berean, ez da zuzena mofeta bat bere presentzia nahi ez duen ingurune batean sartzea, inguruko guztiei gogaikarria eragin diezaiekeelako, eta azkenean krudelki tratatua izan daitekeelako.

Gogoratu, lagunok, giza mofeta batek, aurpegian islatuta eta begietan nabariak diren izaera gaiztoaren dardarak dituela, kalte handia sortzen duela lasaitasun, bake eta baretasun inguruneetan. Gizaki hau ez da ongi etorria inon.

Norberaren egoera mentala ezkutatzea hobe da jendearen arteko eraginari amore ematea baino. Lotsagarria izatea, edo norberaren desio eta pasioei askatasunez uztea, lur emankorra da jaio aurreko eta ondorengo bulkadak hazten eta loratzen diren tokian. Beraz, gaitz hau jasaten duen edonork erne egon behar du ohitura txarren edo joera oldarkorren hazi psikologiko jaiotzetikoak elikatzen dituen ingurune batean bizitzearen aurka.

Noski, lausengu faltsu batekin tratatzen zaituen eta irribarre artifizial batekin zuzentzen dizun norbaitekin topo egiten duzunean, "Aspaldi ikusi gabe!", bere buruari esaten dion bitartean, "Jainkoak madarika dezala elkartu gaituen ordua", haren sentimenduak sentitzen dituzu, haren aurkako nazka sentitzen duzu eta nazka ematen dizu haren lausengu faltsuak.

Pertsonalki, jakin nahi dut non nagoen jendearekin. Zintzotasuna nahiago dut, mingarria edo gogorra izan arren, itxurakeria faltsuaren gainetik. Inork ez du nahi hipokrisiaren sugea irribarre arrosa sorta baten azpian edo hitz gozo eta lausengatuen atzean seinalatuta izatea.

Hori guztia esanda, hobe da buruko gaixotasuna duen alkoholikoarentzat besteekiko atsegina izatea,

itxurak egiteko eta itxurak egiteko besterik ez bada ere, bere izaera txarraren pozoiekin kutsatzea baino.

Autokontrola egunero praktikatzeak, gai txikietan ere, lagunduko dio buruko gaixotasuna duen alkoholikoari ohitura txarretan duen indulgentzia tamalgarritik pixkanaka ihes egiten.

Bakea izan bedi zurekin

Kontzentrazio-ahalmena.

Bilatzaile bat harkorra izateko, isilik eseri eta bere pentsamenduak kontzentrazio merezi duen desio batean zentratu behar ditu, bere adimena eta pentsamenduak ideia horrek guztiz xurgatu arte. Giza borondatea jainkozko borondate guztia dakien eta ahalguztidunarekin bat egiten duenean, arrakastaz erabil daiteke nahi den helburua lortzeko. Ezin da eseri eta arrakasta bere magalean erortzeko zain egon. Zure bidea ezartzen duzunean eta aurrera egiteko erabakia hartzen duzunean, zure borondatea aktibatu eta ahalegin praktikoa egin behar duzu, eta ikusiko duzu arrakastaren elementu guztiak espero ez duzun lekutik etorriko zaizkizula. Jainkozko korronteaz kargatutako zure borondatean dago zure otoitzen erantzuna. Borondate hori erabiltzen duzunean, zure otoitzen erantzuna jasotzen duzun leihoa irekitzen duzu. Hau nire esperientzia pertsonala da. Iraganean, gauza batzuk egiten saiatu nintzen nire borondatea probatzeko, baina orain ez dut hori egiten, emaitza badakidalako: nahi dudan guztia egia bihurtzen da.

Behin, duela urte asko, nire dizipulu bat bidetik alde egiten ikusi nuen. Bere ekintzen ondorio saihestezin eta mingarriak aurreikusiz, bide logiko guztien bidez bere bidetik alde egiteko konbentzitzen

saiatu nintzen. Baina ezin niola lagundu konturatu nintzen, gaizkiaren bidetik jarraitzeko erabakita baitzegoen. Azkenean, neure buruari esan nion: "Hau egin nahi duenez, bakean utziko dut". Baina berarekiko maitasuna eta kezka azkar itzuli ziren, eta baniano baten azpian eseri eta hura imajinatu nuen, grina sutsuz, etengabe mezu mental hau bidaltzen nion: "Itzultzeko eskatzen dizut". Arratsaldean, sentimendu sendo eta intuitibo bat piztu zitzaidan barruan, bai gorputzean bai buruan, benetan itzultzen ari zela esanez. Bat-batean, "seme galdua" agertu zen, etxera itzuli ondoren. Erreberentzia batekin agurtu ninduen eta esan zidan: "Egun osoan, nora joan eta edozer egin, zure aurpegia ikusi nuen. Zer esan nahi du honek?" Esan nuen: «Jainkoak nire bidez deika ari zintuen. Bere deia zen, ez nirea. Nire nahia ez zen berekoaia, baina erabakita nengoen leku hau ez uzteko zu itzuli arte». Determinazio mota honek aldaketa handiak ekar ditzake munduan. Benetan botere harrigarri eta miragarria da!

Beraz, otoitz sakonak eragin indartsu eta sakona du. Otoitz egiteko unerik onena gaua da, distrakzioak gutxien direnean. Arratsaldean lo pixka bat egitea beharrezkoa iruditzen bazaizu, egin ezazu gaueko otoitzetan zure burua erne eta fokatuta mantentzeko, eta Jainkoarekin egoteko. Hasieran zaila iruditutako daiteke, baina ahalegin jarraituarekin errazagoa izango da, eta lortuko dituzun emaitza zoragarriek harrituko zaituzte. Borondate dinamiko eta paregabea duzunean, Jainkoak erantzuten hasten da. Eta Absolutu infinituak bere isiltasuna hausten duenean, pozak gainezka egingo dizu. Baina pertsona batek bere otoitzen boterea besteei frogatzeko berekoikeria bakar bat ere baduen bitartean, edo irabaziak

lortzeko salgai bihurtzen baditu, botere hori galduko du, eta Jainkoak ez dio gehiago erantzungo, bere buruaren eta Jainkoaren artean hesi bat eraikiko duelako, Harengandik urrunduz. Jainkoa bilatzailearengana etorriko da zintzoak eta egiazkoak direnean bakarrik, eta Beragatik maite dutenean. Pertsona bat berekoia denean eta harrotasunera eta harrokeriara jotzen duenean, Jainkoak badaki ez dituela nahi, baizik eta bere harrotasuna goraipatzen saiatzen direla, eta ez du haien gonbidapena onartuko.

Nork iraungo du erabakitasunez eta iraunkortasunez Jainkoak erantzun arte?

Jainkoa da maitasunaren funtsa bera eta maitasunaren iturria. Harekin konektatzeko asmoz meditatzen badakizu, zure maitasun eskaerak erantzungo ditu. Ez dago Harengana iristeko erregutu beharrik. Baina nork eskainiko du beharrezko denbora? Eta nork iraungo du Bere erantzuna jasotzeko arreta mentaleko infernu sugartsu bihurtu arte?

Ordaindu ezin dituzun zorrak badituzu, edo lan bat nahi baduzu, lehenik meditatu. Meditazio sakonaren ondorengo lasaitasunean, zentratu zure gogoa irmoki zure beharrean, baina ez jarraitu emaitza etengabe. Lurzoruan hazi bat landatzen baduzu eta hazten ari den ikusteko zulatu eta zulatu egiten baduzu, ez da inoiz ernetuko. Era berean, otoitz egiten duzun bakoitzean Jainkoak zure nahia bete duela adierazten duen seinale baten bila bazabiltza, ez duzu nahi duzuna lortuko. Jarraitu otoitz egiten etenik gabe eta utzi gainerakoa Jainkoari. Zure eginkizuna Jainkoaren arreta zure

beharrera erakartzea eta zure itxaropena betetzen laguntzeko zure partea egitea da. Gaixotasun larrien kasuan, adibidez, egin ahal duzun guztia sendatzea sustatzeko. Baina jakin ziurtasunez azken sendabidea Jainkoaren eskuetan dagoela. Utzi pentsamendu honek zure meditazioan gauero lagun zaitzakeela. Otoitz egin erabaki handiz eta konfiantza osoz, eta egunen batean ikusiko duzu gaixotasuna bat-batean desagertu dela.

Gogoak lehenik iradokizunak jasotzen ditu, gero Jainkoak bere boterearekin kargatzen du gogoak. Azkenik, garunak bizi-indarra askatzen du sendaketa lortzeko. Ez dakizu zure gogoan gordetako jainkozko boterearen neurria. Gorputzeko funtzio guztiak kontrolatzen ditu. Gogoaren botere hau erabiliz edozein egoera fisiko trata dezakezu. Ezinbestekoa da lehenik meditazio metodo zuzena ezagutzea, eta gero kontzentrazio boterea, jainkozko botereak hobetua, erabili ahal izango duzu gorputza sendatzeko edo beste edozein gaitz tratatzeko.

Saiatu egunero zerbait zaila egiten jarraitu saiatzen, bost aldiz huts egiten baduzu ere. Arrakasta duzunean, erabili zure borondate-indarra beste zerbait lortzeko. Modu honetan, gauza handiak erritmo azkarragoan lortzeko gai izango zara. Borondatea zure baitan dagoen Jainkoaren irudiaren adierazpen bizia da. Borondatean dago botere infinitua: naturaren indar guztiak kontrolatzen dituen botere bera. Eta Jainkoaren irudian sortua zarenez, botere hori zure esku dago nahi duzuna lortzeko: oparotasuna eta ugaritasuna sor ditzakezu eta gorrotoa maitasun bihur dezakezu. Eskatu Jainkoari gorputza eta adimena kontrolatzen laguntzeko, eta orduan Jainkoaren erantzuna jasoko duzu. Etengabe

ikusten dut nire desio handienak bete direla dagoeneko

Gure beharrik handiena Jainkoarengana da

Kopetan, bekainen artean, zerurako atea dago. Garun-zentro hau borondatearen egoitza da. Zure gogoaz zentro honetan eta borondatean lasai zentratzen duzunean, nahi duzun guztia beteko da. Beraz, ez duzu inoiz zure borondatea helburu gaiztoetarako erabili behar. Beste pertsona bati kalte egin nahi izatea, edo pertsona horri kaltea nahi izatea, Jainkoak eman dizun boterearen erabilera okerra da. Zure borondateak bidetik eramaten bazaitu, berehala gelditu behar duzu. Norabide horretan aurrera egitea ez baita energia sakratua xahutzea bakarrik, botere hori galtzea ere eragingo dizu, eta ezingo duzu gehiago erabili helburu onetarako ere.

Lehenik eta behin, otoitzak logikoak eta zilegiak izan behar dira Ez diogu Jainkoari bizitzaren ordena naturalean ezinezkoak edo arrazoirik gabekoak diren gauzak eskatu behar Gure behar esentzialak bakarrik eskatu behar ditugu "Behar esentzialen" eta "behar ez-esentzialen" artean ere bereizketa egin behar da "Behar ez-esentzialetatik" norbera sendatzeko modurik onena behar horiek logika eta arrazoiaren argitan aztertzea eta aztertzea da Eraikin handien ametsa nire zaletasunetako bat zen, baina orain desira hori desagertu egin da Horrelako egitura asko ditut jada, konponketa eta mantentze-lanei dagokienez dakartzan arazo guztiekin Jabetza erantzukizun astuna da Gauza antzuak edukitzeko nahia alde batera utzi behar da, eta benetako beharretan bakarrik zentratu behar da

Gizakiaren beharrik handiena Jainkoarena da. Hura ezagutzen duenean, ez dizkio bere "beharrezkoak" bakarrik emango, baita bere "beharrezkoak ez direnak" ere! Bihotzeko desio guztiak beteko ditu, bere itxaropen eta amets maiteenak beteko dituen bezala.

Indian mutiko nintzela, poni bat edukitzeko gogo handia nuen, baina amak ez zidan uzten. Urte batzuk geroago, Ranchin mutilen eskola sortu nuenean, behor bat ekarri nuen erabiltzeko. Goiz batean, pottoka bat erditu zuela ikusi nuen, haurtzaroan nahi nuen bezala! Horrelako probak askotan gertatu zaizkit. Aspaldi, Kashmirrera bidaia batean, eraikin hau (autoezagutzaren egoitza) ikusi nuen ikuskera batean. Urte batzuk geroago, leku hau ikusi nuen eta berehala ezagutu nuen ikuskeran ikusi nuen eraikin bera zela, Jainkoak nirea izatea nahi zuela konturatuz.

Sakon eta etengabe otoitz egiten duzunean, poz handi bat sentituko duzu zure bihotzean eta izatean.

Ez zaitez ase edo konbentzitu poz hori sentitu arte, zeren bihotzean gozamen izugarri hori sentitzen duzunean, jakingo duzu zure otoitza Jainkoarengana iritsi dela eta haren gogoan zaudela eta zure Jaunak emango dizula eta asebeteta egongo zara.

Jainkoak arrakasta eman diezazula. Bakea izan bedi zurekin.

Lau metodo ezinbesteko



Ni espiritualaren eta gorputzaren eta gogoaren arteko lotura da gure min, muga, murrizketa, gabezia eta gabezia guztien erroa. Konexio honengatik, zirrara bezainbeste bizitzen dugu mina eta plazerra, hainbestearaino non ezin dugun jainkozko zoriona edo kontzientzia bizi. Erlijioak, bere funtsean, mina etengabe saihestea eta zorion hutsa edo .Jainkoaren lorpena dakar

Eguzkiaren benetako irudia ur nahasiaren gainazalean argi ikusten ez den bezala, arima espiritualaren benetako izaera zoriontsua (espiritu osoaren isla) ezin da ulertu edo harrapatu gorputzaren eta gogoaren egoera gorabeheratsu eta aldakorrekin arimak identifikatzeagatik sortzen diren nahasmen eta antsietate uhinen bidez. Eta ur nahasiak eguzkiaren benetako irudia distortsionatzen duen bezala, gogo nahasi batek ere barneko arimaren betiko izaera zoriontsua distortsionatzen du identifikazio edo atxikimendu .honen bidez

Kapitulu honen helburua da denek praktika ditzaketen modurik errazenak, zuzenenak eta eraginkorrenak aztertzea, betiko zoriontasun espirituala gogoarekiko eta gorputzarekiko duen atxikimendu mingarritik askatuko luketenak, horrela mina eta sufrimendua betiko libratuz eta .erlijioaren funtsa den zoriontasun espiritualera igoz :Ekialdeko jakinduria liburuek diote

Gorputzaren gainetik igo eta arima zarela konturatuko"

bazina, betiko zorientasuna izango zenuke eta mina

".guztietatik libre egongo zinateke

Lau oinarrizko bide erlijioso unibertsal daude, eta

eguneroko praktikak gorputzaren eta gogoaren mugak askatzen laguntzen du norbera espiritualki. Lau bide hauek profetek, santuek eta jakintsu argituek irakatsi edo gomendatutako praktika erlijioso arrazoizko guztiak hartzen dituzte barne

Erlijio-praktikak profetek hainbat doktrina moduan ezarri

eta irakatsi dituztenak dira. Ikuspegi mugatua dutenek ez dute doktrina hauen benetako esanahia ulertzen, haien azaleko esanahiak onartzen dituzte eta pixkanaka erritu, zeremonia, forma, ohitura, tradizio eta praktika zurrunen mailara jaisten dira. Hori da alderdi eta sektekiko .fanatismoaren iturria

Konturatu behar dugu ez ginela arau eta legeetarako sortuak izan, baizik eta guretzat existitzen direla. Aldatzen garen heinean aldatzen dira eta garatzen garen heinean garatzen dira, eta gure betebeharra da arauaren funtsa atxikitzea, ez kanpoko itxurari, ezjakintasunagatik eta .fanatismoagatik

Ohiturak eta gurtza moduak pentsamendu-eskola

desberdinen arabera aldatzen dira, baina profeten pentsamendu-eskola desberdinen esentzia hutsa bat da bere

!muinean, baina jende gehienak ez du hori ulertzen

Pentsalari handiek egia gorenari buruzko ezagutza

mentala erabiliz saiatzeko dira, baina huts egiten dute ahaleginean, egia gorenari buruzko ezagutza mentalaren .bidez bakarrik ezin baita uler

Ezagutza ulermen hutsetik desberdina da. Ez da

zetzuzkoa eztiaren gozotasuna arrazionalki ulertzea, inoiz

dastatu ez bada. Era berean, erlijio-ezagutza giza esperientziaren sakonetik sortzen da. Hori da askotan egiten duguna Jainkoa, erlijio-doktrinak eta moralitatea ulertzen

saiatzen garenean; gutxitan saiatzen gara gauza hauek
.barne-esperientzia espiritualaren bidez ezagutzen
Zoritxarrez, zientzia naturalen eta beste ezagutza-arlo
batzuen egiak aurkitzeko adimena erabiltzeko gai diren
gaitasun intelektualak dituztenek askotan uste dute
arrazoimen sentensorialaren bidez soilik uler ditzaketela egia
erlijioso eta moral gorenak. Zoritxarrez, laguntza-iturri izan
beharrean, haien adimenak eta gaitasun intelektualak
oztopo gisa jokatzeko dute maiz, egiaren funtsa ulertzea
.oztopatzen baitute

Orain, hazkunde espiritualak ezaugarritzen duten lau bide
:erlijiosoak azter ditzagun

Lehen: Metodo mentala - metodo arrunta eta naturala,
baina pertzepzio oso azkarrari dagokionez eraginkorra ez
dena Garapen eta hazkunde mentala naturalak eta izaki
kontziente guztientzat komunak dira Gure autokontzientzia
da beheko animalietatik bereizten gaituena, hauek
kontzientzia maila desberdinak baitituzte baina ez
.autokontzientziarik

Garapen eta eboluzio etapa eta prozesuetan,
kontzientzia hori pixkanaka autokontzientzia bihurtzen dela
ikusten dugu. Animalien kontzientziatik sortzen da niaren
zentzua, eta pixkanaka kontzientziak bere burua askatzen
eta bere burua bere buruaren bidez ezagutzen saiatzen da.

Horrela, autokontzientziara igarotzen da; trantsizio hau
garapenaren ordena naturalari zor zaio. Giza psikea, egoera
fisiko eta mental ugariri lotuta, pixkanaka eta naturalki bere
.benetako nira itzultzen saiatzen da bere buruaren bidez
Pentsamendu kontzientearen garatzea da ni espiritualak

bere burua goratzeko eta muga fisiko eta mentaletatik
askatzeko moduetako bat. Ni espiritualak bere benetako nira
itzultzeko ahalegina, pentsamenduaren eta hausnarketaren
.garapenaren bidez, naturala da. Horrelakoa da mundua
Espiritu unibertsala hazkunde-etapa desberdinetan
adierazten da: baxuenetik gorenera Harrian eta lurzoruan, ez

dago kontzientziarik edo bizitzarik guk hautematen dugun bezala, zuhaitzetan, berriz, hazkunde begetatiboa dago, hau da, bizitzarako hurbilketarik. Hala ere, ez dago inolako bizitza libre eta oztoporik edo pentsamendu-prozesu kontzienterik. Animalietan, bizitza eta bizitzaren kontzientzia dago. Gizateriarengan —gailurrean—, bizitza dago horren kontzientziarekin, arimaren barruko autokontzientziaz gain. Beraz, naturala da gizateriarentzat bere burua garatzea pentsamenduaren, analisiaren eta hausnarketaren bidez, liburuaren azterketa sakonaren bidez, eta ikerketaren, esplorazioaren, azterketaren, esperimentazioaren eta kausa eta efektuen jatorrira iristeko ahaleginaren bidez mundu .naturean

Zenbat eta sakonago pentsatu pertsona batek, orduan eta gehiago erabiliko du igoera kosmikoaren prozesuan bere egungo mailara iritsi den metodoa, eta orduan eta gehiago .hurbilduko da Espiritu Gorenera

Gorputzaren eta haren beharren gainetik adimenaren bidez geure burua altxatzen dugunez, metodo mental honen aplikazio zuzen eta nahitazak emaitza zehatz eta ziurak emango ditu. Adimena azterketa zorrotz eta sakonaren bidez entrenatzeak arlo jakin batean ezagutza eskuratzeko neurri batean autokontzientzia hobetzen laguntzen du, baina ez da —garrantziari dagokionez— gorputza gainditzera eta egia hautematera zuzendutako pentsamendu prozesua bezain .esanguratsua

Indian, metodo mentalaren formarik gorena Jnana Yoga deitzen da, eta horrek esan nahi du benetako jakinduria lortzea oroitzapenaren eta bereizketaren bidez; pertsona batek etengabe bere buruari gogorarazten dionean bezala: "Ez naiz gorputza, eta lurreko existentziaren irudi iheskorrek .ezin naute eragin, espiritua naiz

Hala ere, metodo honen eragozpen bat da autoerrealizazio prozesu motela dela, eta denbora asko behar izan dezakeela. Ni espirituala autokontzientzia lortzen

hasten den bitartean, pentsamendu mental iheskor eta loturarik gabekoen segida batez kezkatuta jarraitzen du. Arimaren lasaitasunak, berriz, arrazoia gainditzen du eta sentsazio fisikoen gainetik igotzen da, nahiz eta — konturatzen denean— sentsazio horiek zeharkatu eta .gainditzen dituen

Bigarrena: Deboziozko metodoa - gure adimena ideia bakar batean zentratzen saiatzea dakar, hainbat ideia eta gauza desberdinetan zentratu beharrean (metodo mentalean .bezala)

Deboziozko metodoak gurtza mota guztiak hartzen ditu barne, hala nola otoitza (munduko pentsamendu guztietatik askatu behar dena). Metodo honetan, ni espiritualak bere gogoak sakon eta errespetuz zentratu behar du kontzentratu nahi duen horretan: jainkotasunaren kontzeptu espezifiko .batean edo existentzia absolutu eta oso-osoan Gako-puntua da bilatzaileak bere gogoak ideia debozional bakar batean zentratzea, grina eta ilusio handiz. Prozesu honen bidez, ni espirituala pixkanaka askatzen da distrakzio mental ugarietatik eta beharrezko denbora eta aukera lortzen ditu bere esentziari buruzko hausnarketa introspektiboa egiteko. Bihotzaren sakonetik zintzotasun osoz otoitz egiten dugunean, sentsazio fisiko guztiak ahaztu egiten ditugu eta gure arreta bereganatu eta gure gogoak okupatu nahi duten pentsamendu intrusibo guztiak alde .batera uzten ditugu

Zenbat eta sakonago otoitz egin, orduan eta handiagoa izango da gure gogobetetasuna. Hau da Jainkoarekiko dugun hurbiltasuna neurtzeko neurria, bera baita zoriontasun gorena. Desira fisikoak alde batera utzi eta arreta galarazten duten pentsamendu desadosak kontrolatuz, metodo honen .nagusitasuna aurrekoarekiko argi geratzen da

Hala ere, metodo honek gabeziak eta zailtasunak ditu gorputzarekiko atxikimendu luze eta jarraituagatik eta gorputzarekiko duen esklabutzagatik, eta alferrik saiatzen da

bere adimena sentrazio fisiko eta mentalen eremutik
.urruntzen

Pertsona batek otoitz egiteko edo gurtza mota batean
guztiz murgiltzeko zintzotasunezko nahia izan arren, bere
adimena zaurgarria izaten jarraitzen du memoriak aurkezten
eta berrikusten dituen sentrazio fisiko neurrigabeen eta
pentsamendu iheskorren erasoaren aurrean. Otoitzean,
askotan gehiegi kezkatzen gara otoitzerako baldintza
egokiak sortzeaz edo ondoeza fisikoak kentzea irrikaz espero
.izateaz

Gure ahalegin kontziente guztiak gorabehera, gure
ohitura osasungaitzek, gure bigarren izaera bihurtu direnek,
arimaren desioak menderatzen dituzte eta haren gaitasunak
mugatzen dituzte. Gure irrika zintzoa izan arren, adimena
nahasita eta nahasita jarraitzen du, hainbeste non "zure
adimena dagoen tokian, han dago zure bihotza ere" esaera
aplikatzen den. Jainkoari bihotz osoz otoitz egiteko eskatzen
zaigu, baina normalean pentsamenduen eta sentsoeen
inpresioen ekaitzen artean bihotzak astinduta otoitz egiten
.dugu

Hirugarrena: Meditazio Metodoa – Metodo hau eta
ondorengoa guztiz praktikoak dira eta prestakuntza
aplikatua dakar. Bizitzan egia ezagutu duten jakintsu
handiek gomendatzen dituzte. Nik neuk bi metodo hauek
.maisu espiritual handi horietako batengandik ikasi nituen
Meditazioa ohitura sendo bihurtu arte praktikatuz, lo
kontzientearen egoera eragin dezakegu. Egoera lasai eta
atsegin hau askotan bizitzen da lo sakonean gaudenean eta
inkontziente izatera hurbiltzen garenean, edo lotik esnatzen
ari garenean eta kontzientzia egoera batera hurbiltzen
.garenean

Lo kontziente honen egoeran, kanpoko pentsamendu
eta sentrazio fisiko guztietatik askatzen gara, eta arima gai
da bere buruaz pentsatzeko eta zoriontasun egoerara

hurbiltzeko noizean behin, meditazioaren sakontasunaren
.eta praktikaren erritmoaren arabera
Egoera honetan, gogoak okupatzen duten asaldura fisiko
eta mentaletatik libre gaude eta ez gara konturatzen.
Meditazio prozesu honen bidez, kanpoko eta zentzumen
organoak kontrolatzen dira borondatezko nerbioak baretuz,
.loaren egoeran bezala

Meditazio egoera hau benetako meditazioaren
lehenengo etapa da, baina ez azkena. (Lo kontzientean)
kanpoko zentzumenak bakarrik kontrolatzen ikasten dugu.
Desberdintasun bakarra da lo normalean zentzumenak
automatikoki kontrolatzen direla, meditazioan, berriz,
ahalegin kontzientearen bidez. Hala ere, meditazioaren
hasierako etapa honetan, ni espiritualak gorputzeko barne
funtzio okerrek eragindako interferentziaren aurrean
sentikorra izaten jarraitzen du, hala nola birikek, bihotzak
eta gure kontrolpetik kanpo daudela uste dugun beste
.organo batzuek

Beraz, bide hobea bilatu beharko genuke hau baino,
zeren eta ni espiritualak gorputzeko sentisazioak borondatez
desgaitu ezin baditu, baita pentsamenduak sortzea
ahalbidetzen duten barne sentisazioak ere, asaldura horien
aurrean zaurgarri izaten jarraitzen baitu, kontrolatzeko eta
zapaltzeko itxaropenik gabe, edo bere burua ezagutzeko
.aukerarik gabe

Laugarrena: Yogaren metodo zientifikoa - San Paulok
esan zuen: "Egunero hiltzen naiz". Horrekin esan nahi zuen
bere barne-organoak kontrolatzen eta bere buru espiritualak
askatzen zekiela borondatearen bidez, bai gorputzetik bai
burutik. Ohiko pertsonak, trebatu gabeek, antzeko heriotza
hurbileko egoera bat bizi dute, buru espiritualak gorputz
.usteltzen ari denetik askatzen denean

Prestakuntza egokiarekin eta metodo praktiko eta
erregularra praktikatuz, praktikatzaileak gorputzetik

norberaren bereizketa senti dezake, azken heriotzarik bizi
.gabe

Hemen metodoaren ikuspegi orokorra eta oinarritzen
den teoria zientifiko sendoa aurkeztuko dut. Eskaintzen
dudana nire esperientzia pertsonaletik dator eta unibertsalki
baliozkoa dela esan daiteke. Esan eta baieztatu dezaket,
halaber, zoriontasuna, hau da, gure azken helburua —azaldu
dudan bezala— metodo honen praktikan nabarmen agertzen
dela. Izan ere, praktika bera oso atsegina da. Baieztatu
dezaket bost zentzumenen edo adimenaren bidez lor
daitekeen plazer sentorial handiena baino neurrigabe
atsegina dela. Ez dut metodo honen baliozkotasunaren
frogarik eman nahi, praktikatzeko duen pertsonak biziko
duenaz gain. Zenbat eta pazientzia gehiagorekin eta
erregularkiago praktikatu bilatzaileak, orduan eta sendoago
sentituko da zoriontasunaren kontzientzian finkatuta
.dagoela

Ohitura txarrak hain tematiak eta errotuta daudenez,
kontzientzia fisikoa noizean behin esnatzen da, lasaitasun
egoera hori bere oroitzapen sentorial guztiekin erasotuz.
Hala ere, praktika erregular eta luzearekin, praktikatzaileari
ziurtatu diezaiokegu zoriontasun espiritual goreneko
egoeran aurkituko den unea iritsiko dela. Baina ez dugu
metodoak emango dituen emaitzak imajinatzen saiatu behar
eta gero praktika utzi proba labur baten ondoren. Benetako
arrakastak eta aurrerapen ziurra lortzeko, funtsezko puntu
.hauek bete behar dira

Lehenik eta behin: arreta handia jarri ikasi nahi duzun
gaiari

Bigarrena: Ikasteko benetako gogoia, ikerketa-espiritu
biziarekin

Hirugarrena: Iraunkortasuna nahi den helburua lortu
arte

Praktika soil baten ondoren erdibidean jarraitzen
badugu eta metodoa alde batera uzten badugu, ez dugu
.espero dugun emaitza lortuko
Benetan tamalgarria da jendeak denbora gehiena behar
materialak lortzen edo eztabaida teorikoetan eta debate
intelektualetan parte hartzen ematen duela, baina gutxitan
saiatzen dela bizitza aberasten eta indartzen duten egia
espiritualak aurkitzen eta esperimentatzen, eta, hain zuzen
ere, zentzua ematen diotenak. Beren adimenak gai
hutsaletan, kezka hutsaletan eta desio sutsuetan murgilduta
.daude, helburu horretara behar bezala bideratu beharrean
Urte askotan zehar aipatutako metodoa praktikatzen
aritu naiz, eta praktikatzen dudan bakoitzean poz handia edo
zoriontasun etengabeko egoera bat sentitzen dut, zeinaren
bultzada ez den gutxitzen eta zeinaren fluxua ez den
.gelditzen
Gogoan izan behar dugu arima espirituala gorputzak
mende askotan eta denbora luzez preso egon dela, eta
balitekeela egun bakarrean askatzea. Praktika labur eta
tartekatuek ezin diote praktikatzaileari zoriontasun espiritual
gorena eman edo barne-organoen gaineko kontrola
bermatu. Horrek denbora luzez praktika serio eta
.kontzientea eskatzen du
Hala ere, metodo hauen aplikazio zainduak zoriontasun
hutsaren sentimendua sor dezake. Zenbat eta zoriontasun
horretara hurbildu, orduan eta gehiago praktikatzen da.
Egoera hau ez du gizaki batek sortu edo asmatu ; naturalki
existitzen da, eta geure baitan aurkitu besterik ez dugu egin
.behar
Bakea izan bedi zurekin

Borondatea eta ingurunearen eragina
Arazoak eta gogaiak pertsona batek bere
iraganeko ekintzen kontzientzia eza sortzen du, une
eta leku jakin batean egindakoak. Beren egungo

sufirimendua kontzientziaren lurzoruan errotu ziren, landare bihurtu eta egindako pentsamendu eta ekintza berberak islatzen dituzten fruituak emanaz adierazitako pentsamendu eta ekintzen ondorioz.

Zailtasunak eta atsekabeak ez dira pertsona bat hausteko eta haren borondatea paralizatzeko etortzen, baizik eta Jainkoa benetan merezi duen bezala estimatzera eta haren legeak errespetatzera, eta horien bidez benetako zoriontasuna lor dezakete.

Jainkoak ez ditu proba gogor horiek bidaltzen, batez ere gizakiak egindakoak direlako. Gizateriaren esku dago bere kontzientzia ezjakintasunaren lozorrotik esnatzea eta ezjakintasunaren iluntasunetik ezagutzaren argira jaikitzea.

Ezagutza espiritualaren eremuan

Irakasleak bide espiritualean bere gidaritza bilatzen ari zen dizipulu bati esan zion:

Ez irrikatu jendeak zu eta zure lorpen espiritualak aitortzea, bilatu Jainkoa bakarrik.

Bakea zure baitan dagoela konturatzen zarenean, konturatuko zara bakea eta harmonia sorkuntzako gauza on guztietan daudela, eta naturaren edertasunean ikusiko duzu, bere hurbiltasuna sentituko duzu adiskidetasun zintzoan, eta bere bedeinkapenak ukituko dituzu helburu noble eta helburu ohoragarrietan, helburu berekoietatik libre daudenetan. Bere presentzia sentituko duzu isiltasun beloen atzean eta gauza zoragarri guztietan.

Jo ezazu atea gogotsu eta beloa altxatuko da eta aurpegirik loriatsuena ikusiko duzu bere distira eta handitasun osoan.

Jainkoa maite baduzu, haren maitasuna sentituko duzu, eta beste ezerk ezingo zaitu engainatu. Esperientzia materialek erakartzen zaituzte,

zoriontasun espiritualala dastatu ez duzulako. Dastatuz gero, aldea nabarituko duzu.

Aukeratzeko askatasuna izan. Ez utzi ezerk zu mugatzen, eta ez utzi inori zu kontrolatzen edo zure zoriontasunean oztopatzen.

Zure nia kosmos osotasunaren zati bereizi bat da eta osotasun perfektu hori aurkitu behar duzu kontzientzia zoriontsua bizitzeko eta jainkozko maitasunaren gozamenak dastatzeko.

Maitasuna gorrotoaren eta erresuminaren ziegatik ateratzen

Jauna, eskatzen dizugu zure argia gure arimetan distira dezazun

Eta busti zure maitaleei eta zure laguntza bilatzen dutenei zure bedeinkapen ugariak

Eta gerraren, indarkeriaren eta heriotzaren mamuak guregandik urrun eduki ditzala

Eta inspiratu gaitzazu bakea gure helburu bihurtzera

Eta maitasuna da gure hornidura

Gure helburua mugapenetatik askatzea da

*** * ***

Pertsona batek dirua pilatu eta gorputzeko nahiak asetzeko ahalegina egiten badu soilik

Lortzen dituen irabaziak eskasak eta hutsalak dira

Munduko irabazi guztiak atzean utziko dituen eguna iritsiko baita

Baina Jainkoaren bidez aberastu egiten bada Lurreko errege eta aberats guztiak baino aberatsagoa izango da

Altxor bedeinkatu horiek Jainkoa maite dutenen esku daude

Arimaren aberastasunaz gain beste ezerekin konformatzen ez direnak

**Beren joera espiritualak garatzen saiatzen diren
heinean**

**Eta beren bizitzaren iturriarekiko duten irrika
elikatzeke**

**Eta maitasunaren berpizkundea gorrotoaren eta
gaiztakeriaren sakonetik**

**Munduko kontsiderazio estuen gainetik altxatzen
dute beren kontzientzia**

**Askatasunaren, bakearen, argiaren eta pozaren
horizonteetara**

**Beren mugarik gabeko hedadura konturatzen dira
Pertzepzio eta ezagutza berrituak bizi dituzte**

**Eta pentsamendu eta ekintza onen haziak ereiten
dituzten heinean**

Beren kontzientziaren espazioetan

Haien ikuspegiak irekitzen dira

Eta haien ahalmen kognitiboak aktibatzen dira

Philamson, haien benetako funtsa

Jainkoaren erreinua beren baitan aurkitzen dute

**Jainko Ahalguztidunari eskatzen diogu gidatzeko,
geure burua berritu ahal izateko**

**Eta gure izaki espirituala iluntasunaren ziegatik
ateratzen dugu**

**Askatasunaren, lasaitasunaren eta ezagutzaren
argien espazioetara**

**Fruta eta barazki freskoak mantenugai
ezinbestekoak dira**

Nutrizioari buruzko hitzaldi batetik

**Encinitasen (Kalifornia) entregatua - 1940ko
ekaina**

Haragi-proteina ez da energia-iturri bakarra

**Barazki eta fruta gordinetan aurkitzen diren gatz
mineral batzuk ere iturri garrantzitsuak dira**

**Haragi zati handi batek energia kopuru handia
ematen duen arren, haragia denbora luzez nagusi**

bada dietan, energia hori emateari utziko dio. Gainera, proteina gehiegi hartzeak proteinen toxikotasuna ekar dezake, nekea eta gaixotasuna eraginez. Laburbilduz, proteina gehiegi bezain kaltegarria da gutxiegi jatea.

Nekea kendu nahi baduzu, erremedio bat elikadura egokia da. Haragiak aldi baterako energia eman dezake, baina toxina asko sartzen ditu gorputzean. Janari gordinik eta egosi gabe gehiago jateak nekearen sentrazioa murriztuko du eta energiaz beteta sentiaraziko zaitu.

Zukuek energia-bultzada nabarmena ematen dute, baina fruta eta barazki osoek balio nutrizional askoz handiagoa eskaintzen dute. Hala ere, batzuek ez dute denborarik eman nahi formatu honetan kontsumitzeko.

Digestio-aparatuak substantzia kimikoak xurgatzen ditu eta gorputzeko zelula mota egokietara banatzen ditu

Gorputza hainbat elementu kimikoz osatuta dago, eta egunero janariak elementu horien gabeziak bete behar ditu.

Eguneroko janariak proteina, bitamina, mineral, gantz eta olio batzuk eta karbohidrato natural kopuru egokia izan behar ditu, ahalik eta gehien murriztuz almidoi finduak eta azukre finduak.

Energia iturri bikaina laranja zukuaren eta almendra xehatuaren nahasketa da, almendrak hobeto digeritzen baitira laranja zukuarekin nahastuta.

Garrantzitsua da, halaber, likido asko edatea. Kalitate oneko ura eskuragarri ez badago, fruta-zuku freskoa, koko-ura eta sandia osagarri bikainak eta ur puruaren ordezeko partzialak dira.

Etorkizunean, jendeak fruta-zukua eta barazki-zukua maizago kontsumituko ditu, zuku horiek osasunerako dituzten onurei esker.

Bai gutxiagotasun konplexuak bai nagusitasun konplexuak txarrak dira

Gutxiagotasun konplexua nagusitasun konplexua bezain txarra da, guttiago sentitzen den norbaitek ezingo baitu bere baitan duen nagusitasuna erakutsi.

Gizakia, izaera espiritualak izanik, txinparta sakratu batez hornituta dago, eta okerra eta akastuna da apala dela pentsatzea edo guztion gainetik dagoela pentsatzea eta duintasunik edo jatorririk ez duen norbait bezala jokatzeko.

Pertsona batek harrotasuna erakusten duenean, harrotasunaren itzal lodiak Jainkoaren argia estaltzen du arimaren barruan.

Beraz, bi korapiloak batera saihestu behar dira, biak oztopoak baitira aurrerapen espiritualerako.

Senti dezagun Jainkoa gurekin dagoela, inspiratzen eta gidatzen gaituela, eta gure bizitzako maitasun handiena dela.

Jainkoa ezagutzen dutenek denen zerbitzari direla sentitzen dute eta ez dute uste besteak baino hobeak direnik.

Gutxiagotasun konplexua ideia ahulak eta subkontziente ahula dutenekin lotzen da, nagusitasun konplexua, berriz, gorrotozko harrotasunetik eta harrokeria faltsutik sortzen da.

Bi korapilo hauek suntsitzaileak dira hazkunde espiritualarentzat eta ilusioan eta egiarekiko axolagabekeria oinarritzen dira, ulermen sendoan eta epaiketa zuzenean baino gehiago.

Autokonfiantza landu behar da giza ahulezia heredatuak gaindituz. Konfiantza nahi dutenek ahalegindu beharko lukete bere gozotasuna bizitzen

bizitzako lorpen ukigarrien bidez, horrela Jainkoaren laguntzarekin gutxiagotasun eta harrokeria konplexuetatik askatuz.

Bizitasunaren sekretua eta iturria

Gorputzak ordu batzuk behar ditu janaria energia bihurtzeko, baina borondatea estimulatzen eta aktibatzen duen edozerk berehala sortzen du energia.

Borondate-indarrak gorputzeko zeluleetatik eta garuneko energia-erreserbatik hartzen du bizitasuna, non janaritik ateratako energia gordetzen den.

Borondateak jarduera berria ere erakartzen du iturri kosmikotik gorputzera bizkarrezur-muinaren bidez.

Beraz, bizitasunaren sekretua pertsona batek duen energia gordetzean eta energia berria gorputzera borondatearen bidez ekartzean datza.

Nola egiten da hori?

Lehenik eta behin, borondatez eta borondatez jokatu behar da. Merezki duen zerbait egiteko, borondatez eta aukeraz egin behar da.

Borondatez lan egiten duzunean, energia kopuru handiagoa duzu, ez baituzu garuneko nerbioetatik energia ateratzen bakarrik, baizik eta energia kosmikoaren fluxu handia erakartzen ari zarelako gorputzera.

Bere maitalearentzat otordu goxo bat prestatzen duen emakumea zoriontasunez eta bizitasunez betetzen da, baina bere borondatearen aurka sukaldatzera behartuta badago, hasieratik nekatuta sentitzen da.

Beraz, borondateak energia ekartzen du ipuin laburra:

Behin, santuei buruz lagun batekin hizketan ari nintzen. Nire laguna bitartekaria zen, eta ez zuen nire ilusioa partekatzen. Horren orde, esan zuen: "Santu

deitzen diezun guztiak, egia esan, Jainkoa ezagutzen ez duten xarlatanak dira". Ez nuen berarekin eztabaidatu, baina gaia aldatu nuen, eta bitartekari lanbideaz hitz egiten hasi ginen. Asko kontatu ondoren, astiro esan nion: "Badakizu ez dagoela bitartekari fidagarri bakar bat ere, denak gezurtiak direla?". Haserretu egin zen eta haserre erantzun zidan: "Eta zer dakizu zuk bitartekariei buruz?". Nik erantzun nion: "Horixe bera esan nahi nuena da. Eta zer dakizu zuk santuei buruz?". Aho bete hortz geratu zen. Nik lasai eta adeitasunez jarraitu nuen: "Nik ez dakit ezer bitartekaritzari buruz, eta zuk ez dakizu ezer santuei buruz".

Energiaren aingeruak.

**Jainkoak energiaren aingeru gisa sortu gintuen
Eta gorputz fisikoetan jarri genituen
Gure arreta guztia gorputz hauskorretan jarri
genuen**

**Eta ahaztu egin genuen bizitza kosmikoaren
energiak kargatutako arima espirituala**

**Orain benetako ahalegina egin behar dugu
kontzentratzeko**

**Kontzientzia osoaren sentsazioa berreskuratzeko
Arrakastaren erroa ikuspegi espirituala haztean
datza**

**Zeinaren bidez gure izaera immaterialaz jabetzen
garen**

**Eta Jainkoaren irudia gure baitan bizi dela
Espiritualtasunaren lorategiko lehen lorea
fedearen eta itxaropenaren lorea da**

**Fruitua, ordea, auto-proba bidez lortutako
benetako ezagutza da.**

**Izan baikorra eta jakin ezazu bizitzako gauza onak
eta bedeinkazioak zure zain daudela.**

**Zintzotasunez eta dedikazioz lan egiten duzun
bitartean**

**Jainkozko ondare galdua berreskuratzeko
Benetako pertsona espirituala pertsona orekatua
da**

**Pozik sentitzen den, osasun ona duen eta gero
eta ikuspegi hobea duen norbait**

**Arimaren aberastasunak eta jakinduriaren
altxorrak ditu**

**Jainkozko laguntza datorrela ziur dago
Bizitza zein gogorra iruditu arren eta
zirkunstantziak zein kaltegarriak izan arren**

**Jainkoaren aurpegia naturaren edertasunean
agertzen zaigu**

**Eta bere ahotsak melodia delikatu eta finduen
bidez hitz egiten digu**

**Eta maitaleen ahots gozo eta leunetatik
Eta betebeharraren ahots ozenaren bidez
Ongiaren eta bakearen aldera bultzatzen gaituen
pizgarria**

**Zoriontasuna eta ezagutza Jainkoaren ahotsa dira
Etxe bedeinkatura itzultzera deitzen gaituena
Lasaitasunaren eta bakearen etxea
Eta bere presentzia gozoaz gozatzeko
Eta bere edertasun paregabea eta bikaina
Mundua izugarri engainagarria da, eta horrela
heldu behar diogu. Bere engainuak eta ilusioak
lehenik gainditzen ez baditugu, ezingo diogu inori
lagundu.**

**Gogoratu behar dugu gogo fokatu baten
bakardadean dagoela lorpen handi guztien fabrika.
Eta fabrika zoragarri honetan, etengabe ehundu
behar ditugu gure borondatearen ereduak, egoera
kaltegarri guztiak gainditzeko edo modu
eraginkorrean aurre egiteko.**

Borondatea etengabe trebatu eta erabili behar da Gizakiak aukera asko ditu lurreko fabrika honetan lan egiteko, betiere denbora alferrik galtzen eta energiak alferrik xahutzen ez baditu.

Gauetz, munduko eskakizunetatik aldentzen naiz neure buruarekin egoteko

Mundutik urrun, oso urrun

Bakarrik nire borondatearekin nire bakardade espiritualean

Non nire pentsamenduak nahi dudan norabidean zuzentzen ditudan

Sakon-sakon hartu nuen erabakia

Nire borondatea jarduera osasuntsu eta onuragarrietan parte hartzera motibatzen dudanean, arrakasta sortzen dit. Horrela, nire borondatea eraginkortasunez erabili dut askotan. Hala ere, hori borondatea modu koherentean erabiliz bakarrik lortzen da.

Zein sentimendu zoragarria izango duzun esan eta baieztatzeko gai zarenean: "Jainkozko borondatez kargatutako nire nahiak lortuko dit nahi dudana!"

Pertsona batek konplaziente bihurtzen bada eta dena jainkozko borondateari uzten badio Jainkoak eman dion bere borondatea erabili gabe, ez du bilatzen duen emaitza lortuko.

Jainkozko botereak bere kabuz lagundu nahi dizu Jainkoa, bere ahalmen eta botere gainnaturalekin, gugandik urrun eta zeruko mutur urrunetan ezkutatuta dagoela dioen pentsamendua uxatu behar dugu gure burutik, eta ez dugu ahaztu behar jainkozko borondatea gure giza borondatearen atzean dagoela, baina botere ahaltsu hori, bere itsasaldi eta luzapenez gainezka dagoen ozeano baten antzera, ez da etorriko adimena irekita eta bihotza hartzailea ez bada.

Erregu

O Ama Unibertsala

Gure bihotzetan sugar bakarra izatea

Eta gure arimen iluntasuna uxatzeko

Eta zureganako maitasun negar malkoetan

Garbitu munduko gauzekiko dugun maitasuna

Eta pozik gaude zurekin ados egoteaz

Utzi gure tristura eta atsekabeak behin betiko

Bihurtu gure bihotz txikiak bihotz handi batean

Zure presentzia osoa hartzen du

Eta zure jainkozko izaeraren ispiluan

Ikus dezagun geure burua perfektu eta garbi gisa

**Zureganako gure maitasunaren sugarrak gora igo
daitezela**

Lurreko desioen sugarren gainetik

Milioi bat tentaziok zu bezala mozarrotzen dira

Eta etengabe engainatzen gaitu

*** * ***

Zatoz, jainkozko poz garbi eta perfektua!

Sartu zure irrika tenpluetan

Utzi planeta bakean.

Gure mendietan, ezjakintasunaren gau ilunetan

Gidatu gaitzala eta segurtasunez itzul gaitzala

Zure babesleku eta babestura!

Betikotasunetik xuxurlatzen direnak

Khayyamen lehen laukotea

**Edward Fitzgeralddek itzulia eta Paramahansa
maisua azaldua**

**Omar Khayyamen ospea Mendebaldean
Fitzgeralddek XIX. mendearen erdialdean bere
laukoien itzulpenean datza, ingelesera inoiz egindako
itzulpenik onena kontsideratzen dena.**

**Paramahansa irakasleak Omar Khayyam mistiko
handienetako bat zela eta autoezagutza maila**

handikoa zela uste zuen, eta sinbolismoa erabiltzen zuela bere esperientzia espirituala eta esperientziala adierazteko, eta oso gaizki ulertua izan zela, eta ikertzaileek ez zutela behar bezain sakondu laukoetan utzitako bere filosofia espirituala ulertzeko.

Esna zaitez! Gauaren Ontzian Goizarako Izarrak hegan jartzen dituen Harria bota du Eta hara! Ekialdeko Ehiztariak harrapatu du Sultanaren dorretxoa argi-korda batean Arabierazko itzulpena:

Esnatu, goizak harri bat bota baitu gauaren ontzira

**Izarrak erabat sakabanatuz
Eta hemen dago Ekialdeko ehiztaria
Sultanaren dorrea hartu zuen
Argi-korda batekin.**

Azalpena eta interpretazioa:

Esanahien azalpena:

Goiza: Lurreko existentzia ilusoriotik esnatzeko egunsentia da

Gauaren ontzia: ezjakintasunaren iluntasuna, arima hilezkorra giza kontzientzia estu eta mugatuan giltzapetzen duena

Harria: Fintze espirituala

Izarrak: Desio materialen distira erakargarria

Ekialdeko Ehiztaria: Ilusioen hondarrak suntsitzen dituen ekialdeko jakinduria ahaltsua

Argi-korda bat: jakinduria bedeinkatuaren distira, arima giltzapetu eta lotzen duen iluntasun zapaltzailea suntsitzen duena.

Interpretazioa:

Barneko isiltasunak xuxurlatzen du:

"Esnatu! Utzi ezjakintasunaren logura, jakinduriaren egunsentia piztu baita. Bota ezezagunaren ontzi iluna fintze espiritualaren

harriarekin, apurtzeko eta desio material tristen izar ilun eta distiratsuak sakabanatzeko."

"Hona hemen Ekialdeko jakinduriaren argia, ilusioen ehiztari eta suntsitzailea, zeren espirituaren dorre garaia argi-korda batekin hartu baitu, eta bere iluntasun material mugatzailea uxatu, erabat uxatu baitu."

"Ilusioen hiriko biztanleok, utzi loa! Barne-jakinduriaren mezu espiritualaren eguzki-izpia agertu baita."

Ikasi nola erabili fintze espiritualaren harri sendoa ezjakintasunaren ontzi iluna hausteko eta aldi baterako plazer materialaren nahia kanporatzeko.

"Hartu ikasgai bat jakinduriaren ehiztariarengandik, argiaren irrikan eta egiaren bila dabilzan arimak etengabe bilatzen dituenarengandik, inguratzeko distira loriatsuaren aura batez, betiko askatasunaren distiraz".

Seme Galduaren Itzulera

Behin, duela urte asko, nire ikasle bat kontrako norabidean oinez ikusi nuen

Bere ekintzen ondorio saihestezinak konturatuta, bide logiko guztiak erabiliz konbentzitzen saiatu nintzen bere ekintza-bidea bertan behera uzteko, baina ezin niola lagundu ikusi nuen.

Gaizkiaren bidetik jarraitzeko asmoa zuelako Azkenean, neure buruari esan nion:

"Hori nahi duenez, bakean utziko dut"

Baina berarekiko maitasuna eta kezka laster itzuli ziren, beraz, pikondo baten azpian eseri eta hura imajinatzen hasi nintzen

Ilusio sutsuz, etengabe bidali nion honako mezu intelektual hau:

"Jainkoak eskatu dit egiteko asmoa duzunari buruz iritziz aldatzeko eskatzeko"

Arratsaldean, gorputzean eta buruan sentitu nuen intuizio sendo batek bultzatu ninduen benetan itzuliko zela sinestera.

Bat-batean, "seme galdua" agertu zen, etxera itzuli ondoren. Makurtuz agurtu zituen eta esan zien:

"Egun osoan, noranahi joan eta edozer egin, zure aurpegia ikusten nuen. Zer esan nahi du horrek?"

Nik erantzun nion: «Jainkoak nire bidez deitu zintuen. Bere deia izan zen, ez nirea».

Nire nahia ez zegoen berekoikeriak bultzatuta, baina ez joateko erabakia hartu nuen

**Leku hau irekita egongo da zure itzulera arte
Diseinu mota honek aldaketa handiak ekar ditzake. Benetan indar harrigarria da!**

Zure bidea ezarri eta zure bidean jarraitzea erabakitzen duzunean, zure borondatea aktibatu eta ahalegin praktikoa egin behar duzu, eta orduan ikusiko duzu arrakastaren elementu guztiak dakizun lekutik eta ez dakizun lekutik etorriko zaizkizula.

Jainkozko energiaz betetako zure borondatean dago zure otoitzen erantzuna

Borondate hori erabiltzen duzunean, zure otoitzen erantzuna jasotzen duzun leihoa irekitzen duzu

Hori da nire esperientzia. Iraganean gauza batzuk egiten saiatu nintzen nire borondatea probatzeko, baina orain ez dut hori egiten, emaitza aldezturik dakidalako: nahi dudan guztia Jainko Ahalguztidunari esker lortzen da.

"Gizakiaren azken helburua" liburutik

Jainkoa egin dezagun gure arimen artzain

Eta jainkozko argia da esploratzailea

Bizitzaren bide ilunetan

Nahasmenean gauetan gidatzen duen argia da

Eta ziurtasunaren eguzkia esna orduetan

**Eta lurreko existentziaren iluntasun itsasoan
gidatzen duen izarra**

**Eskatu dezagun haren laguntza eta bilatu
dezagun haren inspirazioa**

**Munduak gorabeherak izaten jarraituko duelako
Bere gertaerak olatu amorratuak bezala nahasiak
dira**

Nondik jasoko dugu orientazioa?

Ez dago gure ohitura aldakor eta alboragarrietan

Ezta eraginpean dagoen gure ingurunetik ere

Ez gure herrialdeetatik edo gure mundutik

Aitzitik, egia gidari baten ahotsa da

Arimaren sakonetik irteten dena.

Une oro Jainkoaz bakarrik pentsatzen dut

Nire arima eman nion

Nire bihotza berari eman nion

**Nire maitasuna eta irrika harengana zuzendu
nituen**

Jainkoarengan baino ez dugu gehiago fidatu behar

**Eta bere argia agerian utziko dutenengan
konfiantza izan behar dugula**

Argi hori da nire gida

Nire jakinduria eta nire maitasuna da

Indar garaiezina.

Eta gainditu ezin den egia

Orain eta betiko

**Badira hain muturreko pentsamendua duten
pertsonak, ezen uste baitute bizitzan arrakasta
izateko makina bat bezala lan egin behar dutela
gelditu gabe.**

**Bestalde, badira haiek baino muturrekoagoak ez
diren pertsonak, gai espiritualetan interesatzen
direnean beste guztiaren nahia galtzen baitute, eta
hori jarrera okerra da.**

Adibidez, uste dute ez dagoela kontzentrazio eta ahalegin fisiko handia eskatzen duen ezer egiteko beharrik, eta aszesia eta gauza material guztiei uko egitea aholkatzen dute. Baina jarrera horrek adimengeldialdia ezkututzen du.

Espiritualtasun faltsuaren geruza baten azpian irakasle bikainak munduarekiko oso interesatuta daudela ikusi dut, baina inolako atxikimendurik gabe. Nire irakasleari zerbait eder bat ematen ziotenean, zaindu eta babesten zuen, baina hautsi edo kaltetzen bazen, barre egiten zuen eta esaten zuen: "Nire interesa amaitu zen nire arreta gehiegi hartu zuelako". Deskonektatuta zegoen, loturarik gabe zegoelako.

Jainkoak ematen didana eskertzen dut modu berean, baina ez dut faltan botatzen galtzen badut ere.

Behin, norbaitek kapela eta beroki eder bat eman zidan, eta multzo garestia zen. Pozik zaindu eta urratzetik eta zikintzetik babestu nuen, harik eta nazkatuta esan nuen arte: "Ai Jainkoa, ez dut arazo hau behar!".

Egun batean, Los Angeleseko areto batera joan nintzen hitzaldi bat ematera, eta iritsi bezain laster eta berokia kentzen hasi nintzenean, jainkozko ahotsa entzun nuen esaten: "Eraman zurekin berokiaren poltsikoetan dauden gauza guztiak". Eta egin nuen.

Hitzaldiaren ondoren, berokien biltegira itzuli nintzen eta berokia -Jainkoak babes zaitzala- desagertu egin zela ikusi nuen.

Oso haserre nengoen horregatik, eta norbaitek esan zidan: "Ez haserretu, beste beroki bat erosiko dizugu". Nik erantzun nion: "Ez nago haserre berokia galdu dudalako, baizik eta berokia hartu zuen

pertsonak ez zuelako berokiarekin ezin hobeto doazen kapela ere hartu".

Ez utzi behar gure emozioek gu kontrolatzen. Nola izan daiteke pertsona bat zoriontsu bere arropa eta bestelako ondasunak baino ez baditu axola?

Horrek ez du esan nahi arropa garbi eta txukunak ez janzteia edo etxea garbitu eta txukuntzea, baizik eta gai hauekin gehiegi lotuta edo obsesionatuta ez egotea.

Behin afari batera gonbidatu ninduten eta dena oso dotore eta ondo antolatuta zegoen, afariaz asko gozatu nuen, baina gure anfitrioiak oso urduri zeuden, dena aurreikusitako moduan ez aterako ote zen beldurrez, eta ondorioz, giroa hondatu zuten antsietatearekin.

Gehiegi sentikorrak direnek askotan besteen antsietatea eta ondoeza sentitzen dituzte. Zergatik beldurra eta kezka? Ahal dugun guztia egin behar dugu, gero atseden hartu eta besteak atseden hartzen utzi. Gauzei beren bide naturala jarraitzea utzi behar diegu behartu gabe, eta orduan ingurukoek ere bakea aurkituko dute.

Parmenidear uztak

Gizakiaren borondatearen atzean jainkozko borondatea eta energia kosmikoaren fluxu mugagabearen helburua daude.

Bizitzan ona eta onuragarria den guztia erakustea da

Horregatik, goi-borondatearekin tinko eta koherente jarraitzen duenak arrakasta izango du Jainkoaren laguntzarekin.

Borondate-indarra helburu zehatz bat lortzeko zuzendutako energia eta nahia da

Ezin da ezer egin borondaterik gabe; izan ere, ezin da mugimendu soil bat ere sortu eguneroko bizitzan borondaterik gabe.

Jende gehienak ezinbestekoak ez diren gauzak egiten ditu eta ez ditu ahaleginak modu eraikitzailean bideratzen

Nahia borondatetik desberdina da, nahiz eta nahiak borondatearen katalizatzaile gisa joka dezakeen.

Borondatea garatzeko, lehenik eta behin determinazioa izan behar da eta pertzepzioa, bereizmena eta jakinduria erabili.

Ondoren, entrenamendua eta nahi den helburua lortzeko borondatea kontzienteki erabiltzea datoz.

Bidaia eta ahalegina helburua lortu arte jarraitu behar dira

Helburu noble bat lortzeko erabakia hartzen duenean, desegokia bihurtzen da saiatzeari uztea

Edo egoera kaltegarriari amore eman diezaieke

Kontzientzia goi-goi mailako borondatearekin harmonian dagoenean eta pentsamendua eta borondatea ideia jakin batean etenik gabe zentratzen direnean, borondatea mugagabeko eta agortezineko jarduera kosmiko saturatuko da.

Ezjakintasunak eta desioek gobernatutako giza borondateak mina eta arazoak ekartzen dizkio bere jabeari

Benetako zoriontasuna dastatzeko, desio onek txarrak gaingitu behar dituzte, eta borondatea egiaren iturrirantz eta existentzian dagoen on guztiaren jatorrirantz norabide egokian zuzendu behar da.

Zergatik saihestu behar du pertsona batek lekukotasun faltsua ematea? Gezurrezkotasunak hipokrisia eta engainua sustatzen dituelako

Traizioa Jainkoaren begietan bekatu handienetako bat da. Norbaiti irabazi pertsonalerako edo mendeku nahiagatik gezurrez salatzea perjurio mota bat da. Praktika hau jarraituko balute, kaosa eta anarkia nagusituko lirateke jendearen artean.

Beste pertsona baten aurkako testigantza faltsua entzutea lekuko faltsuaren onespina eta haren portaera lotsagarrian parte hartzea da, eta entzute eta onespen hori, saihestezina den bezala, barne-gatazka emozional bihurtuko da, arimaren bakea urratzen eta bizitzaren lasaitasuna asaldatzen duena.

Aldi baterako justifikatuta egon arren, ekintzak azkenean kontrako eragina izango du eta estresa eta min psikologikoa sortuko ditu, kontzientzia asaldatuz eta zaplaztekoa emanez.

Inbidia ondorio kaltegarri eta latzak ere baditu, pertsona inbidiosoari sufrimendu pertsonala ekartzen baitio, pertsona batek askatzen dituen pentsamendu eta sentimenduak berarengana itzuliko baitira.

Maitasuna eta altruismoa ematen duenak maitasuna eta tratu altruista jasoko ditu trukean, eta gutizia, berekoikeria eta inbidia pentsamenduak bidaltzen dituenak, berriz, gauza horiek neurri berean ekarriko dizkio bere buruari.

Zergatik ez luke pertsona batek lapurtu behar?

Nolakoa izango litzateke mundua denok lapurtuz, erasotuz eta estortsioz biziko bagina? Kasu horretan, krimen gorrotagarrienak eta basatienak egingo lirateke. Borroka gogorak egongo lirateke ondasunak babesteko eta lapurtutako ondasunak berreskuratzeke.

Lapurreta gizarte-arauekin bat ez datorren eta besteak beren eskubideak kentzen dituen ekintza bat da, eta beraz, existentziaren legeen aurkakoa da, eta

gizarteek ez dituzte egileei aurre egiteko instalazio egokirik eta metodo eraginkorrik.

Lapurrak espetxeratzeko direnean, haien ohitura zaharrak errotuago gerta daitezke, eta ohitura txar berriak ere har ditzakete beste gaizkile batzuekin harremanetan jartzen direnean. Hori gertatzen bada, askoz okerrago egongo dira askatzean espetxeratu aurretik baino.

Jauna, bedeinka gaitzazu, gaizkia entzun, gaizkia ikusi, gaizkia hitz egin edo gaizkia arnastu ez dezagun.

Ez dugu gaizkia ukitzen, ez dugu gaizkia sentitzen, ez dugu gaizkia pentsatzen, ez dugu gaizkia amesten

Egunero erabiltzen ditugun indarrak:

Gure zentzumen-pertzepzioak

- eta gure sentimenduak

- eta gure adimena

Dena Jainkoagandik hartua da, eta ezin dugu segundo bakar bat ere bizi berarik gabe

Hala ere, haren dohainak erabiltzen ditugun bitartean, ez dugu berataz behar bezala pentsatzen, ezta merezi duen arreta ere ematen.

Aitzitik, plazer sentsualak eta munduko anbizioak bilatzen ditugu mundu materialarekin guztiz lerrokatuta eta harekin guztiz konektatuta.

Hau da gure min eta sufrimendu guztien erroko kausa

Jainkoak bere irudian sortu gintuen, eta beraz, ezin dugu benetako zoriontasunaren zaporea ezagutu, gure baitan bere presentzia aurkitzen ez badugu eta gure arimetan bere zoriontasunaren nektarra dastatzen ez badugu.

Ezta egunero behar duguna borondatez lortzeko beharrezko botere bedeinkatua ere izan dezakegu.

Jainkoa dela indar horren iturria konturatzen ez bagara, harengan fidatu eta harengana jo behar dugu.

Bihotz esker onekoekin etengabeko jarioan gure gainean isurtzen dituen bedeinkapen guztiengatik

Eskertzen baduzu, zalantzarik gabe handituko dizut [aldekoa]

Gure bihotzak Emaille Eskuzabalarenarekiko esker onez gainezka daudenean, haren presentzia loriatsuaren tenplu sakratu bihurtzen dira, eta hori da lor daitekeen lorpenik handiena, bizitzaren helburua gizakia bere Sortzailearekin harmonian egotea, Harengana hurbiltzea eta Hura ezagutzea baita.

{Bilatu lehenik Jainkoaren erreinua eta haren justizia, eta gauza horiek guztiak gehituko zaizkizue}

Jainkoa etengabe gogoratu eta berataz ongi pentsatuz, konturatuko gara bera dela gure maitea, gu bera aukeratuak garela eta bere oparotasunean parte dugula.

Zoriontasunaren, maitasunaren, argiaren eta ontasunaren erreinua

Jainkoaren bedeinkapen ugariak hausnartzen ditugunean, eta horien artean handiena aukeratzeko askatasuna erabiltzeko aukera da, helburu altuagoekin bat etortzera eta zoriontasun espiritualak lortzera eramaten gaituen bide zuzena jarraitzeko, egunero barne-poza berrituz betetzen gara, eta korrante bedeinkatu bat sentitzen dugu gure bizitzetan sartzen, beraz, eskerrak gure bihotzak betetzen ditu, eta bizitzak zaporea eta esanahia ditu.

Pentsamendu kontenplatiboaren bidez, modu misteriotsu batean funtzionatzen duen jainkozko legea ikus dezakeen pertsonak ez du inoiz bere burua goraipatzen, eskertzen eta apaltzen uzten maitasun, laudorio eta esker on guztia zor zaion Haren aurrean.

Gogora dezagun Jainkoa, existentzia dagoen ongi ororen iturria, eta nahas dezagun gure oroitzapena gure bihotzen sakonetik datorren maitasun zintzoarekin.

Jainkoari, zeinarengandik bizitza isurtzen den, maitasuna irradiatzen zaio eta bedeinkapenak etengabe isurtzen dira

Gogora ditzagun maitasunez gizateriarentzat kandela bat piztu zuten guztiak, edo munduko lurzoruan hazi onak erein zituztenak, edo ideia argituak zabaldu zituztenak, edo ekintza onak eta jokabide nobleak bultzatu zituztenak.

Ireki ditzagun gure bihotzak maitasunari, egin ditzagun gure adimenak inspirazio argigarrietarako hartzaile, eta eska diezaiogun Jainkoari laguntza eta gidaritza

Pentsatzen eta egiten dugun horretan

Beldurrak bihotza pozoitzen du

Giza adimena energia edo jarduera bizidunen biltegi erraldoi bat da

Jarduera hau etengabe erabiltzen da giharretako mugimenduetan, bihotzaren, biriken eta diafragmaren funtzionamenduan, zelulen metabolismoan, odoleko erreakzio kimikoetan eta zentzumen-organo motorren (nerbioen) funtzionamenduan.

Gainera, energia bizi-kantitate handia gastatzen da pentsamenduan, emozioetan eta borondatean

Beldurrak jarduera bizia ahultzen du eta borondate aktiboaren etsairik gogorrenetako bat da.

Beldurrak nerbioetara erregularki doan bizitzaren jarduera estutzen eta oztopatzen du, nerbioek paralizatuta diruditelako, eta gorputza moteldu egiten da eta bere bizitasuna nabarmen eta

nabarmen gutxitzen da (beldurra nerbio-blokeatzailea da!).

Beldurrak ez du laguntzen beldurraren kausa ezabatzen. Borondatea ahultzen du eta garuna bultzatzen du gorputzeko organoetara oztopo-seinale bat bidaltzera. Beldurrak bihotza pozoitzen du, digestioa kaltetzen du eta hainbat gaitz fisiko eragiten ditu.

Kontzientzia Jainkoarengan zentratuta dagoenean, ez duzu ezeren beldurrik izango eta oztopo eta eragozpen guztiak gainditu ahal izango dituzu.

Ausardiaz eta fedez. "Nahia" energiari gabeko desioa da, eta "asmoa", berriz, zerbait egiteko erabakia: nahi edo desira bat betetzea. Baina "borondatea" honela adieraz daiteke: "Nekaezin lan egiten dut nahi dudana lortu arte".

Zure borondatea entrenatzen duzunean, bizi-jardueraren indarrak askatu eta zuzendu ditzakezu, zerbait nahi izan beharrean, hura lortzeko beharrezkoa dena egin gabe.

Ez dugu itxaropena galdu behar, baizik eta konturatu behar dugu Jainkoak aukera bat bestearen atzetik ematen digula gure egoerak hobetzeko, gure ideiak goratzeko eta gauza berri eta erabilgarriak sortzeko geuretzat eta besteentzat bizitzan.

Gure bizimoduarekin pozik ez bagaude, asebetetze eta erosotasun psikologiko maila bat emango diguten modu eta metodo berriak aztertu beharko genituzke.

Gure egoera hobetuko duen eta gure bizitzak zentzuzkoak eta merezikorrak izango diren zerbait egitea pentsatu beharko genuke, eta gero hori praktikan jarri.

Kontzientziaren aldaketa edo haren ibilbidearen aldaketa da premiazkoa dena.

Erabaki behar dugu ez dugula arazoek eraginik izan eta oreka galtzea utziko, eta ez dugula utziko gauza kezkarriek gure bizitzak hondatzen, gure sentimenduak okupatzen eta gure giroa hondatzen.

Eta ez garela ohitura eta ezaugarri kaltegarrien biktima izango, eta zeruko txoriak bezala libre eta mugagabeak izango garela

Ez dago jendea geldirik eta aldaezin geratu beharrik. Ilusioaren beloak kendu behar zaizkio arimaren esentziari, bere garbitasun eta indarrarekin distira egin dezan, Jainkoak gizateriari eman dion distira noblea agerian utziz.

Jainkoak ahalegin onak, anbizio zilegiak eta arrakasta lortzeko determinazioa bedeinkatzen ditu

Gure bizitzen atzean Espiritu Gorenaren boterea dago, eta gure borondatearen atzean Jainkozko Borondatearen ozeano kosmiko dago.

Ozeano mugagabe horren parte gara. Bertara iristen garenean eta bertan igeri egiten dugunean, gure kontzientzia zabaltzen da eta gure zabaltasuna sentitzen dugu.

Horri buruz pentsatzeak hurbiltzen gaitu, eta hausnartzeak bertara eramaten gaitu

Harekin harmonizatzeko etengabeko ahaleginak ezagutza, determinazioa eta energia ematen dizkigu.

Kontzientziaren eguneroko prestaketak jainkozko maitasuna eta zeruko bedeinkapenak dakartza

Etenik gabe isurtzen zaigu eta ozeanoko altxorren zati eskuzabala ematen digu

Jainkozko kontzientzia bat dago gizaki bakoitzaren barruan ezkutatuta, bere burua adierazteko aukeraren zain dagoen kontzientzia bat

**Eta egoaren soto estu eta mugatzailetik
ateratzeko**

**Pertsona batek amesgaizto kezkarri batetik
esnatzen den bezala, ikusi duena amets bat besterik
ez zela konturatzen den bezala, jainkozko
kontzientziak pertsona bat bultzatzen du lozorroaren
eta nahasmenaren amesgaiztotik esnatzera,
bizitzaren esanahiaren eta xedearen ulermen berri
batera eta sendoago izatera.**

**Esnatze espiritualaren egunsentia bizi eta
ziurtasunaren argiak ikusi nahi baditugu, barne
ahotsa entzun behar dugu.**

**Bere bultzadari erantzuten diogu. Bidetik kendu
behar ditugu arimaren aurrerapena oztopatzen eta
mugimendua oztopatzen duten ilusioaren harriak eta
ezjakintasunaren harkaitzak.**

**Eta jo dezagun irrika eskuarekin apatiaren
lozorrotik esnatzeko atean, zoriontasunaren haizeak
arnastu eta gure pentsamendu eta sentimendu
guztietara zeruko elektrizitatea ekar dezagun.**

Eta gure lan guztiak

**Jainko Ahalguztidunari eskatzen diogu gure
kontzientzian kontzientziaren leihoak ireki ditzala,
jakinduriaren argiz bete gaitzala, bere maitasunez
ingura gaitzala eta bere betiko errukiaz ingura
gaitzala.**

**Niregana etorri zirenen artean, hasieratik esan
nien jendea zegoen, egia esan, haien motiboak ez
zirela sendoak, eta motibo horiek aldatzeko eskatu
nien.**

**Batzuei ez zitzaien gustatu esan nuena, baina
beste batzuek erantzun eta hobera aldatu ziren.**

**Hipokresiak ez du emaitza onik ekartzen, eta
jakintsuenen artean jakintsuenak ere ezin du
ezkutatu begiek erakusten dutena.**

Pertsona baten historia osoa bere begietan idatzita dago

Norbaiten benetako izaera jakin nahi baduzu, eskatu Jainkoari pertsona horren benetako izaera agertzeko

Engainatu nahi ez duzunez, bihotzaren sakonean sentituko duzu bere benetako izaera eta zure intuizioa ez da oker egongo.

Gure lagunarekin hitz egiten dugunean, zuzenean begiratu behar diogu begietara eta konfiantzaz, ziurtasunez eta egiaz hitz egin behar diogu.

Norbaiti eskua ematen diogunean, gure maitasunaren eta zintzotasunaren magnetismoa transmititu behar diogu, eta ahal dugun neurrian laguntzen saiatu.

Ezagutza bilatzen duenak jarrera positiboa izan behar du eta bere magnetismo espirituala garatzen lan egin behar du; orduan Jainkoak besteei laguntzeko eta bibrazio bedeinkatuak transmititzeko ahalmena emango dio.

Planeta eta izar urrunenetatik haratago bidaiatu dezaket, baina beti izango naiz zurea. Zure jarraitzaileak joan eta etorri daitezke, baina zurekin joango naiz eta zurea izango naiz betiko. Enkarnazio ugarien olatuek astindua izan nazakete eta bakarrik eta bakarrik senti naiteke, baina beti izango naiz zurea.

Munduak, zure jolasekin kezkatuta, ahaztu zaitzake, baina nik beti gogoratuko zaitut Nire ahotsa itzali daiteke eta huts egin dezaket

**Baina nire arimaren hitzetan xuxurlatuko dut:
"Betik izango naiz zurea"**

Probek, gaixotasunek eta heriotzak urra nazakete eta gorputza erre, baina nire oroimenean itxaropen izpi bat geratzen den bitartean

**Begira iezazkidazu nire begi hiltzen ari direnei,
haien bidez esango dizudalako: "Betiko maite izango
zaitut eta beti izango naiz zuri leial!"**

**Egiaz diotsuet nire galdera guztien erantzunak ez
nituela jendearengandik jaso, baizik eta
Jainkoagandik, eskuzabaltasun ororen
iturriarengandik.**

Eta unibertsoa ezagutza guztien iturria

**Bizitzan dudan inspirazio bakarra da bera, eta
hitz egiten dudanean, eskatzen diot nire hitzak bere
botereaz, bere egiaz, bere maitasunaz eta bere argiaz
kargatzeko. Poztasun olatuak sentitzen ditut
inguratzen nautela, bere maitasun handiena ariman
isurtzen baita egun beroetan haize leunak bezala, eta
bere isurketa indartsu jarraitzen du egunez eta
gauetz, astez aste, urtez urte, beraz, ez dakizu non
dagoen amaiera.**

**Gizakiek uste dute maitasuna eta aberastasuna
behar dituztela gizakien iturrietatik, baina maitasun
eta aberastasun ororen atzean**

**Jainkozko maitasuna, aldatzen ez dena eta lurreko
aberastasunekin neurtu ezin den aberastasun
espirituala. Jainkoa maitasun, zoriontasun eta grazia
guztien iturria dela konturatzen denak aurkituko du
eta oso pozik egongo da harekin.**

Paramhansa Yogananda maisuaren irakaspen eta
hausnarketa gehiago

Zintzotasuna da bide espiritualaren oinarritzko zutabea
Aitzitik, arimaren eta bere Sortzailearen arteko loturaren
.oinarri den zutabea da

Horrek esan nahi du Jainkoarengana konfiantza osoz

joatea

Berarekin zintzoki eta intimoki hitz egiten dugu

Hizkuntza sinpleenean, bihotzaren hizkuntzan

Laguntzeko eskatzen diogu

Harengana jo eta harengan konfiantza izan dezagun

.Gure bihotzak baretzeko

Eta askatzen gaitu larritasunetik eta haserretik

Eta gure bidean egon daitekeen guztiarengandik

Gure helburu espiritualetik aldentzen saiatzen da

Azken finean

Helburu bakarra dago gure proba eta esperimentu

guztientzat

Gure onena egitera motibatzen gaitu

Jainkoari uzten dizkiogu gauzak

Eta zein zorionekoa den ulermen hau duena

Hori gabe gatazkan eta liskarrean bizi gara

.Arrazoia jakin gabe

Baina bide espiritualean

Badakigu jasaten ditugun zailtasunak

Bere helburua Jainkoaren aurrean apal bihurtzea da

Gure pentsamenduak eta sentimenduak hustutzen

ditugu

Harrotasun faltsutik eta handitasun ilusoriotik

Jainkoak bere argiz, jakinduriaz eta maitasunez bete

gaitzan

Jainkoarekiko menpekotasun horretan

Konexio gozoa horretan datza

Gogora dezagun "norberaren" zentzua nagusi den

bitartean

Jainkoagandik urruntzeko joera dago

Indar eta jakinduria nahikoa dugula sinestea

Horrela, gure bi oinen gainean euskarririk gabe zutik

egon gaitezen

Gure arazoak geuk konpontzen ditugu

Beldur gara jainkoaren nahiari men egiten badiogu

Jainkoak bidaltzen digunarekin ez garela pozik egongo

Hau Jainkoarengan fede faltaren froga da

Baina lehenago edo beranduago

Jainkoarengana jo beharko dugu

Pertsona orok aurkituko du egia hau bere bizitzan
Berak aurkitu ez badu behintzat
Hau ez da ideia etsigarria edo negatiboa
Izateko plazerrik gozoena da
Bere presentzian gauden sentrazioa
Bizitzaren ustekabeetatik eta denboraren kolpeetatik
babestuta eta babestuta
Hori da apaltasunaren izaera eta apalaren ezaugarria
Eta horretan datza benetako indar espiritualak
Eta zintzotasunaren handitasuna
Eta maitasunaren sakontasuna
Eta poztasunaren eta men egitearen edertasuna
{Ez nirea, Jauna, egin bedi zure nahia}
(Jainkoarengan konfiantza dugu)
Gure izaera espiritualak ukitzeko
Gure bizitzetan kontzientzia handiagoa erakusten
ahalegindu behar dugu
Zailtasunak agertzen direnean, gogorarazi behar diogu
geure buruari
Ez garela ahulak eta horri aurre egiteko tresna egokiak
ditugula
Ez dugu utzi behar erantzukizunak eta arazoak gure
bakea oztopatzen
Gure bakea kentzen du
Mundu honetara etorri ginen geure burua garatzeko
Gure potentzial espiritualak aztertzen
Ilusioen itsaso ilunetan ez murgiltzeko
Arrisku ugari dakartzana
Gure buru espiritualak ezagutu nahi badugu
Jainkoarekin eta geure buruarekin zintzoak izan behar
dugu
Eta zintzoak jendearekin dugun harremanetan
Eta gure bizitzako desiorik indartsuena izan dadila
Gure jainkozko iturria aitortzea da kontua

Harengandik sortu ginen eta Harengana itzuli behar
dugu
Alienazio munduan zenbat denbora falta garen axola
gabe
Giroa ilun eta tristea iruditu arren
Gure fedea mantendu behar dugu
Eguzkia berriro aterako dela
Eta bizitzako onak gaizkia gainditzeko duela
Maitasuna gorrotoa baino indartsuagoa da
Eta bide onetik doazenak
Distantzia zenbaterainokoa iruditu eta helmuga
zenbaterainokoa den kontuan hartu gabe iritsiko dira
Eta kezka ugartzen badira
Jainkoa maitatuz eta harekin komunikatuz uxatu behar
.da

Bihotz-bihotzez egindako otoitz zintzoaren bidez
Eta gure erabakia sendotzeko eskatuz
Gure bizitzaren norabidea zuzentzen laguntzen digu
Otoitzari erantzun zaio keinu animatzaileekin
Hodeiak argituko dira eta horizontea berriro ere garbi
agertuko da
Bizitzaren presioei aurre egitea
Jainkoaren inguruko ikerketa sakonaren onuretako bat
.Erlaxatzeko gaitasuna da
Tentsioa gutxitzen den lekuan, kezka gutxitzen den
lekuan eta kezka baretzen diren lekuan
Bizitzaz gozatzeko gaitasuna galtzen dugunean
Aisialdiko jardura osasuntsuetan parte hartzea
Behar baino serioago eta urduriago gaude
Arimak, bere esentzia puruan, ez du tentsiorik edo
urduritasunik sentitzen
.egoa " da egoera horiek bizi dituen
Ez genuke gauzak oso serio hartu behar
Egoaren" intentsitatea gutxitu eta bere heldulekua"
askatu dadin

Jendeak askotan hitz egiten du sentitzen dituen presioei
buruz
Eta eskaera askoren pisuaren azpian jasaten duten
estres psikologikoa
Baina ez dugu geure burua harrapakin bihurtzen utzi
behar
Edozein zailtasun motatarako
Gogora dezagun beti Jainkoak indarra eman digula
Nahikoa ditugun erronka guztiei aurre egiteko
Ezinezkoa da arimarentzat nekatuta eta nekatuta
sentitzea
Gorputzak nekatuta senti dezake
Baina ahultasun fisikoa geure buruari egozten
diogunean
Norberaren esparru txikian mugatuta jarraitzen dugu
Oztopoei aurre egiten diegunean
Jainkozko laguntza bilatu behar dugu
Jainkoaren laguntzarekin gainditzeko gai garela
ziurtatzea geure buruari
Eta gure botere lozorrotuak esnatzeko katalizatzaile gisa
datorrela, esnatzen direnean, gai direnak
Mota guztietako zailtasun eta arazoei aurre eginez
Eta gure benetako izaera espiritua dela
Noren funtsa bakea, lasaitasuna, lasaitasuna eta
baretasuna da
Eta bedeinkatutako elementu hauek gure baitan
daudela
Gure izate espiritualaren funtsezko atala da
Gizakia espiritua da, eta haren espiritua ezin da garaitu
Izaera ez-materialekoa delako
Kontzientzia hori dugunean
Indar horiek gure baitan aktibo sentitzen ditugu
Aurrera goazela eta aurrerapausoak ematen ari garela
sentitzen dugu

Jainkoarenganako eta geure buruarenganako dugun
konfiantza sendotzen da
Zailtasunen intentsitatea gutxitzen da
Horrela aurre egin ahal izateko
Konfiantzan, erosotasunean eta orekan oinarritutako
ikuspegi eraikitzailea
Gure bizitzako zeruan agertzen den esperientzia
bakoitzarekin
Gure lurreko bidaia honetan zehar
Gure ikuspegia eta kontzientzia zabaltzen jakin behar
dugu
Eta nola izan gaitezke ulerkorrago inguratzen gaituzten
?edo jasaten ditugun inguruabarrak
Orduan, harmonia hobean bizi ahal izango gara
Eta pertsonekin eta bizitzarekin modu leunago eta
seguruagoan jokatzeko
Munduko zibilizazioei begirada sakonagoa ematen
diegunean
Antzinako zibilizazioen sekretu ezkutatuak arakatzen
ditugu
;Irudi handi bat agertzen da, lerro korapilatsuekin
Urtaroen arabera aldakorra, xehetasunetan zorrotza
Gizakia aldi berean indibiduala eta soziala dela ikusten
dugu
Gizaki orok du bizitza indibidual bat eta bizitza sozial bat
izateko nahia
Joera indibidualistak ditu eta talde eta klanetako kide
.izateko gogoia
Antzinako garaietan ere
Badago frogarik lehen gizakiak
Taldeen arteko elkartasunaren ideia zuen
Eguneroko bizitzan, besteekin gehiegizko interakzioa
ikusten dugu
Ez du zoriontasun handirik ekartzen
Isolamendu gehiegiak ez du zoriontasuna ekartzen

Jainkoak neurritasuna praktikatzea nahi du gugandik
Eta gure bizitza indibidualaren eta gure bizitza
sozialaren arteko oreka sortzeko
Gizakietan dauden printzipio indibidualak eta
kolektiboak iturri altuago batetik datoz
Jainkoa Bakarra da, Betiko Babeslekua
Izarren, unibertsoaren eta giza pentsamenduaren
haratago
Sentimendu eta ametsen gainetik
Zentzumen-pertzepzio guztiak gainditzen ditu
Bat da, Bakarra, Bere baitan Izakia
Perfektua bere funtsean eta ezaugarrietan
Eguzkiak distiratzten ez duen lekuan
Ilargirik ez da ateratzen
Surik ez da distiratzten
Aitzitik, bere jainkozko argia da, paregabea dena
Han, iluntasunaren atzean, ez dago iluntasunik
Eta isiltasun soinugabea
Eta sortutakoa baino ez
Hor dago betiko esentzia
Zein da existentziaren jatorria
Eta botere eta izaki guztien iturria
Ikusgaia eta ikusezina bai
Jainkoak unibertso hau sortu zuen, horrela
Lege finko eta aldaezin baten arabera funtzionatzen du
Unibertsoko legeren bat hausten badugu, geure burua
zigortzen dugu
Eraikin altu baten teilatutik salto egiten duen edonork
hezurak hautsiko ditu
Beraz, ezin dugu grabitatearen legea alde batera utzi
.Ondorioak jasan gabe
.Mundu honetan
Gizakiak libreki jardun dezake
Baina esparru mugatu batean bakarrik
Eta jainkozko legeak urratzen baditu

Bere burua zigortuko du edo bere burua suntsituko du
Jainkoak lege aldaezin horiek ezarri ditu
Gure alde funtzionatzea nahi zuen
Zeren hori gabe ezin baitugu gure bidea aurkitu bizitza
honetan

Jainkoak aukeratzeko askatasuna eman zigun eta
kontzientzia jarri zigun barruan
Ona eta txarra, onuragarria eta kaltegarria bereizteko
Jendeak gaizkiaren bideak aukeratzen dituenean
Jainkoaren lege unibertsalak urratzen dituzte
Indar kosmikoak martxan jartzen ari dira
Saihestezinak diren ondorioak sortzen dira
Lege horien urraketaren ondorioz
Horrela eginez, beren burua zigortzen dute
Egia esan, Ala-k ez die jendeari inolako kalterik egiten, }
{baizik eta jendea da bere buruari kalte egiten diona
Baina haren legeak betetzen dituztenek
Eta haren iradokizunak betetzen dituzte
.Bakean bizi dira
Eta haien bidez, ikuspegiaren begia irekitzen da
Pauso ziur eta zurrakin ibiltzen dira
Segurtasunez ibiltzen direla sentitzen dute
.Bizitzaren bideetan
Pentsamendua indar izugarria da zure bizitzan
Indar hori nola landu jakingo bazenu
.Eta erabili behar bezala
Ez utzi ahultasuna zure pentsamenduetan sartzen
Kontuz ibili ideia negatiboak dituzten pertsonekin
elkartzean
Eta ikuspegi pesimista bat, haien ideia ahulak zure
buruan sartu ez daitezen
Zure gogoak indar maila jakin batera iritsi ezean
Besteen ideiek ahuldu ez dezaten
Aitzitik
Besteen ideiak indartzeko gai da

Eta beren autokonfiantza handitzeko
Huts egiten dutenek arrakasta dutenekin elkartu
beharko lukete
Ahulak beraiek baino indartsuagoak direnekin elkartu
beharko lirateke
Autokontrola falta dutenei dagokienez
Izaera ona eta autodiziplina duten pertsonekin batera
.egon beharko lukete
Jatunak jan beharko luke
Bere gosea hobeto kontrola dezakeen norbaitekin
:Orduan, esan ahal izango du
"Nik ere nire gosea kontrola dezaket"
Erabaki bat hartu eta horri eusteko promesa egiten
dionean
Ez utzi zure erabakia zalantzan jartzen zure erabakiaren
.aurka egiten duen zerbait gertatzen bada
Jarraitu zeure buruarengan konfiantza izaten eta uste
izan behar dituzun indargune guztiak dituzula
Asmo duzuna lortzeko, zaila iruditzen arren
"Kanpotik esaten baduzu "Prest nago berarentzat
"Eta zeure buruari esan zenion: "Ezin dut
Horrela eginez gero, pentsamenduaren indarra
murrizten duzu
.Borondate-indarra ahultzen du
Zurea baino borondate sendoagoa beharko duzu
Berari energia emateko eta erabakitasun eta
erabakitasunarekin inspiratzeko
:Nire aholkua hau da
Borondate-indarra garatu
Pentsatu positiboki
Zure indar fisikoak, mentalak eta espiritualak ikusiko
dituzu
Zure bizitzako alderdi guztiak diseinatu eta moldatzeko
elkarrekin lan eginez
Nahi duzun moduan

Inurriak bere gorputza sentitzen du
Bere begi zorrotzek inguruko eremu mugatu bat ikusten
dute
Pertsona batek bere gorputza, ingurunea eta familia
ezagutzen ditu
Eta berarentzat ezagunak diren beste gauza batzuk
Gizaki unibertsalari dagokionez
Konturatzen da bere gorputza giza familiaren parte dela
Bere pentsamenduak unibertsoa hartzen du bere
dimentsio fisiko eta mentalean
Konturatzen da existentzia guztia bere gogoan dagoela
Pertsona batek bere kontzientzia estasi espiritual bihur
badezake
Unibertsoa desagertuko da bere gogotik
Pertsona baten pentsamenduek ematen diotelako
unibertsoari errealitatearen itxura
Pentsamendurik gabe, unibertsoak ez luke errealiterik
izango
Gizakiak ohitu dira bizitzako arazoez erne eta kezkatuta
egotera
Edo loari amore eman eta mundua ahaztu dezake
Baina gizateriak oraindik aktibatu ez duen potentzial
izugarria du
Eta estasi espiritualari buruz ikasten baduzu
Nola kendu gorputzaren kontzientzia eta nahi gabeko
loaren kontzientzia
Kontzientzia gorenean eta bedeinkatuan esnatuko da
Pertsona bat esna egoteko gai denean
Edo berehalako loalditik borondatez
Kontzientzia egoera altu batera iritsi ahal izango da
Ez dago mugarik bere gozamenerako
Kontzienteki eta borondatez loaren zoriona biziko du
Edonoiz, edonon
Hilezkortasunaren Tximeletak esan zuen
Nire buru handiagoa

Bihotz guztietan bizi da
Herrialde guztietan
eta nire borondate sendoa
Txoko guztietan taupadaka ari da
Eta lo daudenak esnatzen ditu
Amaigabeko iradokizun etereoekin
Nire buru txikiagoari dagokionez
Denboraz mugatutako gorputzean preso
Tximeleta oraindik bere lurreko kokoloan dago
lurzoruko itsasgarria
.Ateak itxita daude
Mila burdinazko sokaz lotuta
Oi, nire arima gatibua
Oi, eguzki-argitan bainatzen zarena
Eta bizitzaren elixirra arnasten duzu
Eta ur garbia edaten duzu
Existitzen diren gauza on guztiak edukitzea amesten al
?duzu
Eta zure tamaina txikia da
?!Eta zure bihotza ahula da
!Esnatu zure lozorrotik
Zabaldu
Luzatu
Berritu zeure burua
Batu zaitez zure goi-niarekin
Eta bihurtuko zara
Tximeleta Betikoa
Murrizketen eta mugapenen aurrean erresistentea
Autoerrealizazioa
Itzulpen egokitua: Mahmoud Abbas Masoud
Entzumen eta ikusmen argitasuna
Ez da begia ikusten duena
Aitzitik, gogoia eta energia dira gauzak moldatzen
dituztenak

Pertsona batek entzuteko belarria eta ikusteko begia
garatu ditzake
Errealitatean, mundua guztiz desberdina da pertsona
batek ikusten duenarekin alderatuta
Entzuten dituen soinuak tarte horretan sartzen direnak
dira

Detektatu ditzakeen bibrazioak
Argi-ikusmena entzumen intuitiboa ere deitzen zaio
Edo ikuspegiaren bidez entzutea
Belarri normalak ezin duelako jaso
Entzun ezin diren soinuak
Ikusmenaren eta entzumenaren gaitasunak ariman
daude

Zentzumen guztietako botere latenteak esnatzea
posible da
Adimena entrenatuz eta bere gaitasun kognitiboak
garatuz

Gure begietako indarra X izpien antzekoa da
Hala ere, ezin ditugu X izpiek zeharkatzen dituzten
objektuak ikusi
Bibrazio maila horrekin oraindik ez dugulako harmonia
garatu

Gure zentzumen areagotuak gaitasun mentalen
mugapenak kaltetzen dituzte
Argi-ikusmena bizi-indarra elementu batzuekin
lerrokatzen denean gertatzen da
Bibrazio gardenak X izpiek hormak zeharkatzen dituzten
bezala

Giza begiak gaitasun bera du, eta ikusmen mota hori
"ikusmen-argitasuna" deitzen zaio

Ikusmen-argitasunaren indarra probatu daiteke
Begiaren ikusmen-ahalmena bikoizten denean
Edo dena zeharkatzen duen bizi-indarraren bibrazio-
maila igo

Benetako argi-ikusmenak ez du kalterik egiten
aurrerapen espiritualean
Aitzitik, kontzientzia transferitzen edo eraldatzen
.laguntzen du
Maila fisikotik maila espiritualera
Baina subkontzientetik sortzen diren irudiak
Ilusio eta irudimenetik dator, eta saihestu egin behar da
Bilatzaileak ametsen probak gainditu behar ditu esnatze
.espiritualaren egoerara iristeko
Non guztiz jabetzen den maila altu batekin harmonia
estuan dagoela
Bertan dago eta poztasun freskagarri baten isuria
sentitzen du, bere gogoa, arima eta gorputza zeharkatzen
.dituena
Materia osoa jarduera bizia da bibrazio-ordena
desberdin batean
Jainkoaren Erreinua gizakiaren baitan dago
Baina lan eraikitzailearen eta hausnarketa egokiaren
.bidez erakutsi behar du
Ez dugu ezerk gure aurrerapena oztopatzen utzi behar
Norbera adimena garbituz, morala hobetuz eta
.hausnarketa sakonaren bidez agertu behar da
Jainkoak beti entzuten ditu arimaren deiak
Baina haren erantzuna hain sotila eta gardena da, ezen
batzuetan zaila baita hautematea
?Nork jarraitzen du bilaketa
Bere grina espirituala mantentzen du
.Jainkoa aurkituko da
Bere zatia ugaria izango da
Bere zortea handia da mundu honetan eta hemendik
aurrera
Bisitatu Suida Yogaren webgunea eta Paramhansa
.Yogananda maisuaren Facebook orria
/ <http://wwwswaidayogacom>

<https://www.facebook.com/masteryogananda?ref=hl>

Turista bat zure lurraldean
Poztasun eta plazerren iturria zara
Maitasunaren funtsa eta jakinduriaren bitxiak zara
betikotasunaren zelaietan sakabanatuta
Askatasuna eta ilusio guztietatik askatzea zara
Zu zara zatiketaren menpe ez dagoen batasun
absolutua
Zu zara kontzientzia unibertsala
Zu zara hasiera eta amaiera
Eta azken helburua, zeinaren atzean ez dagoen beste
helbururik
Turista naiz zure lurraldean eta bidaiari zure bideetan
Hartu nire eskua eta gidatu nire urratsak zuregana
eramaten duten biderik hurbilenetara
Pozten naiz zu ezagutzeaz
Zuen sagasti bedeinkatuek, fruitu goxoz beteak, dei
egiten didate
Bisitatu eta bere fruitu ugarietz gozatzeko
Zein gozoak diren ezagutzaren fruituak, eta zein
!atsegina den haren nektar mistikoa
Arimaren fruitu elikagarri eta freskagarria beti irrikatu
ahal izatea nahiko nuke
Eta maitasun sakratuaren ibaietatik gainezka egiten
duten bakearen uretatik edaten dut
Eman iezadazu bihotzaren garbitasuna eta arimaren
lasaitasuna
Garbitu nire izatea zure ur distiratsuekin, ezpurutasun
.eta zikinkeria guztietatik garbituz
Zure presentzia sentitu eta zure aurpegi ederra ikusi
nahi dut
Beti imajinatu izan dut haren edertasun paregabea, eta
nire arimak irrikatu egin du hura ikusteko
Bete nire izatea esker onez eta esker onez zure esku
eskuzabalagatik eta mesede ugariengatik

Nire bihotza maitasunez taupadaka dadila zutaz, izar
.distiratsu bat eta bihotz taupadatsu bat dagoen bitartean
Bedeinka itzazu nire pentsamenduak, automatikoki
zuregana bihur daitezen, zu ikustearen eta zure edertasuna
.ikustearen edertasunak bedeinkatuak izan daitezen
Eman iezadazu zure melodia uhintsuak eterren
zabaltasunean harrapatzeko gaitasuna
Aingeruek entzuteko irrikan dauden bere zeruko
doinuek mozkortzen naute
Ai, nola nahi nukeen zure espiritu bedeinkatua nire
izatearen atomo guztietan sentitzea
Eta elikatu nire zentzumenak zure jainkozko
mantenuarekin, hau da, existentziaren ogia
Bertan dago bizitzaren elixirra eta betikotasunaren
udaberria
Ai, nola nahi nukeen zure presentziaren haize gozoak
arnasa hartu ahal izatea
Irrikaren eta pasioaren oasietan
Eta zure maitasunaren argiak distiratsu ikusi nituen
Nire arimaren zeruan, zu irrikatzen zaituena
Arnasa lasaitzen denean, arimak bakea aurkitzen du
Kontzientziazio mailak gora egiten ari dira
Hau meditazioaren bidez lor daiteke
Eta efektu lasaigarriak mantentzen saiatzen
Pentsamendu uhinengatik eta barne bakearen
sentimenduagatik
Jainkoarengan hausnartzea eta gauza onei buruz
baikorra izatea
Nahikoak dira arima jainkozko espirituaren botereaz
beteta mantentzeko
Botere espiritualik gabeko hitzak
Alerik gabeko lastoa bezalakoa da
Beraz, irakurtzen dugunean, esanahien espiritua
hausnartu behar dugu
Eta iradokitzen duen horretan zentratzea

Esanahien atzean dauden ideien iturrira iristea
Jainkoa da zoragarri eta onuragarri den guztiaren iturri
garbia

Bakearen Jauna da, pentsamendu lasaien tronuan
erreinatzen duena
Pertsona garbi eta ohoragarri baten ekintzak gidatzen
ditu

Eta bere benetako nahiak lortzen ditu
Ireki dezagun atea bake espiritualerako
Isiltasunaren aingeruak astiro sartzen utzi
Gure negozio eta jardueren egiturari
Egin ditzagun gure eginkizunak lasaitasunez
Bakearen eta gogoaren lasaitasunaren espirituz beteta
Eta gure bihotzen taupadak atzean, jainkozko bakearen
pultsua sentituko dugu
Sakondu dezagun esperimentuen eta proben
kontzeptuetan

Liburu erabilgarrietan irakurtzen ditugun ideien bidez
ala ez

Edo konpondu behar ditugun arazoak
Edo filosofiak, iritziak eta sinesmenak
Edo zoriontasun espirituala
Sar gaitezen gure pentsamendu sakonenen santutegira
Eta bake isurkorraz gozatzen dugu
.Lasaitasunaren iturburuetatik

Oharra: Giza arnasketa-tasaren eta kontzientzia-*
egoeren aldaketen arteko harreman estua ilustratzeko
adibide ugari eman daitezke. Buruko elkarrizketa konplexu
batean murgilduta dagoen edo ahalegin fisiko zehatz eta
nekagarri bat egiten saiatzen den pertsona batek
automatikoki arnasa hartuko du oso poliki. Arreta
kontzentratzea arnasketa motelaren menpe dago, arnasketa
azkarra edo irregularra, berriz, beldurra, sexu-desira
neurrigabea eta haserrea bezalako egoera emozional
kaltegarriekin batera doa. Tximino batek minutuko 32 aldiz

arnasten du, gizaki batek minutuko 18 aldiz baino ez duen
bitartean. Elefanteek, dortokek, sugeek eta iraupen
luzeagatik ezagunak diren beste animaliek gizakiek baino
arnasketa-tasa askoz motelagoa dute. Adibidez, hirurehun
urte bizi den dortoka erraldoi batek minutuko 4 aldiz baino
.ez du arnasten

Liburutik: Indiako filosofia yogi baten bizitzan
Paramhansa Yoganandaren eskutik: Yogi baten
autobiografia

Lorpen materialik lortzea ezinezkoa delako
Edo edozein arlotan aurrerapenik egitea
.Askatasun espiritualik gabe
Edo Jainkoaren gidaritza eta jakinduria
Goratu gaitezen, lehenengo eta azken eta beti
Jainkoari eskerrak emateko eta esker oneko bertsoak
Gure lana hobetzeko
Eta ahal dugun moduan burutzeko
Eta lorpenaren poza senti dezagun
Energia eta ilusio berritu batekin
Nire esker on eta estimu guztiarekin
Ontasun guztien iturrira
Bere bedeinkazio ugarien gainean
Gure bizitzako egunero gainezka egiten diguna
Askotan bedeinkapen horiek gure eskubidetzat hartzen
ditugu
Mundu honetako milioika pertsona horretaz gabetuta
egon arren
Jainkoari bere bedeinkapenengatik eskerrak ematen
dizkiogun bakoitzean
Zenbat eta ontasun eta bedeinkapen gehiago jasotzen
ditugun
Eskertzen baduzu, zalantzarik gabe handituko dizut
[aldekoa]
{Eman iezaguzu gaur gure eguneroko ogia}
Gogora dezagun bizitzan dena hartzen duenak

Hala ere, egia da bera dela helburua huts egiten duena
Bihotzez esker onak barne bakea ekartzen du
Poza eta lasaitasuna ekartzen ditu
Jainkoaren hurbiltasuna sentitzen dugu guregandik
Gureganako duen kezka eta gureganako errukia
Horrela bizi bagara
Eta bide hau hartu genuen
Egoera bikain batera iritsiko gara
Pentsamendu distiratsu eta positibotik
Eta Jainkoarengandik hurbil egotearen sentrazioa
.Kasu zoragarria da hori
Bakea, poza eta lasaitasuna ditu barnean
Arimak lotura espiritual hori sentitzen duenean
Poztasun errekek isurtzen zaizkio
Jainkozko presentziatik sortua
Jainkoa bihurtzen da orduan gure izatearen egia
nabarmenena
Egoera eta garapen berriei aurre egiteko gaiago
bihurtzen gara
Kasu horretan, maitasuna errealitate bihurtzen da
Gorrotoa ilusio hutsa da
.Jainkoa maitasuna delako
Ez dago funtsezko existentziarik
Bera bakarrik izan ezik existentzia honetan
Ametsak eta ilusioak
Lurreko itxaropenen manta azpian denbora luzez etzan
nintzen
Tronu bikain eta luxuzko batean eserita nengoela amets
egin nuen
Nire aurpegia irribarre sorta batez apainduta zegoen
Baina barre eta poz uneak ez ziren asko iraun
Horren ordeztu, ihartu eta bata bestearen atzetik
sakabanatu ziren
Orduan ikusi nuen neure burua trazu zarpailduetan
bilduta

Eta pobreziaren harkaitz gogorretan etzanda
Zailtasun eta miseria gogorren menpean
Negar mingots egin nuen
Baina nire malkoak isuri ziren
Eta inor ez begiratzeko edo kontsolatzeko
Mundua nire aurretik zihoan eta isiltasun isekatsu
batekin begiratu zidan
Nire bihotzak oihu egin zuen, zure laguntza eske,
!Jainkoa
Eta nire etengabeko erreguak zure sakonerara iritsi
zirenean
Azkenean esnatu ninduen
Eta poz izugarritz, zure presentzian seguru eta babestuta
aurkitu nuen neure burua
Dikotomia nahasgarri eta harrigarrietatik urrun
Jauna, gizateria osoa esnatzea nahi nuke
Aberastasunaren amets irribarretsu eta pobrezia
!negartsuaren mundu batetik
Aska itzazu, Ametsen Egilea, heriotzaren amesgaizto
ikaragarrietatik
Eta berritu haiekin betikotasunaren kontzientzia
Eta bedeinka itzazu, bake iraunkor baten bidez jakin
- dezaten
Lurreko engainuaren izugarrikeriak
!Ametsak eta ilusioak baino ez dira

Inspirazio gorena

Jainkozko Sortzailea

Unibertsoaren Jauna

**Oi zu, planetak, izarrak eta galaxiak kudeatu eta
martxan jartzen dituzuna**

**Zure arau justuak zure herritarrei borondate
askea eta aukeratzeko askatasuna ematea agintzen
du, eta horrek beren burua garatzen eta zure
printzipio eta ideal sakratuetara hurbiltzen lagunduko
die.**

Betiko askatasuna eman diguzu eta kontzientzia unibertsalaren haziak landatu dizkiguzu. Baina zoritxarrez, gure kontzientzia unibertsala berekoikeriaren, gorrotoaren, itxikeriaren eta fanatismo itsuaren atzean lotu dugu.

Jauna, lagundu iezaguzu urtzen -gure maitasun beroarekin eta anaitasun ulermenarekin- gure eta besteen arteko hesi eta oztopo artifizial eta izoztu guztiak.

Lagundu iezaguzu kontzientzia erne eta epaiketa ona erabiltzen autokontrollean eta bizitzako bideetan zuzen ibiltzen

Eta bedeinka gaitzazu gure aberastasun espirituala eta gure erruki enpatikoa biderkatzeko, gure maitasun nazionalaren zirkulua zabalduz lurreko biztanle guztiak barne hartzeko, kolorea, klasea, generoa eta sinesmena edozein dela ere.

Unibertsoaren Jauna, errespetatu eta maita dezagun libre jaiotako gizaki guztien independentzia.

Eta bedeinka gaitzazu mundu batu bat eraiki dezagun eta zu gure bizitza osorako lider espiritual gisa aukeratu ahal izan dezagun.

Arimaren sakonetik.

Jauna, utzi nire irriken txingarrak distira egiten

Zure presentzia santua beti dago presente

Nire irrikarako tenplu bat eraiki dut

Nire ideia guztietan

Bisitatuko al nauzu, mesedez?

Eta zu eseri zinen zutaz dudan maitasunaren tronuan?!

Nire pentsamenduek zure gidaritza jakintsua jarrai dezaten

Nire bizitzako poz handiena izan zaitezke

Jainkoaz pentsatzeko eta hari buruz hausnartzeko atetik

**Bake Iraunkorraren Tenpluan sartuko naiz
Gaur makil sorta bat piztuko dut kezka eta
beldurak irudikatzeko**

**Jainkoaren tenplua nire ariman argitzeko
Jainkoa bilatuko dut nire arimaren bakardadean
Eta sutsuki otoitz egingo dut nire bihotza
berarekiko maitasunez taupaka hasi arte**

**Eta sentitzen dut haren erantzuna nire otoitzei
Ai, nire bizitzaren txinparta Jainkoaren
eguzkiarekin nahastu ahal izango balitz
Eta ontasuna maite duten begi guztietan
distiratzten du**

**Gerrek zatitutako mundua zipriztinduko dut
Bake eta maitasun pentsamenduekin
Jainkoaren santutegian sartuko naiz
Eta kontzientzia kosmikoa ukitzen dut
Kontenplazioaren eta jainkozko maitasunaren
pozaren bidez**

**Jainkozko babesak inguratzen nau beti eta betiko
Eta Jainkoaren argia nirekin dator eta inguruko
iluntasuna uxatzen du**

**Bere argi gidaripean ibiltzen naizen bitartean, ez
naiz estropezu egingo**

Ez naiz bide onetik aldenduko

Emozioak bizitzea.

**O Existentziaren Espiritua eta Unibertsoen Maisua
Nire begien atzean zaude, eta horren bidez
ikusten dut zure itxurazko edertasuna**

**Eta belarriaren atzean, zeinarekin lurreko soinuen
nahasketa entzuten dudan**

**Nire ukituaren atzean zaude, eta horrekin zure
lurreko munduko gauzak sentitzen ditut.**

**Eta zure aurpegi ederra ezkutatzen duen
naturaren beloaren atzean**

Loreen begirada lasaigarrian ikusten zaitut

**Eta janari elikagarriaren zaporean dastatzen
zaitut**

**Zure jainkozko esentzia eta zure betiko
gozotasuna sentitzen ditut**

**Dauden gauza on eta mirari guztietan
Zuri otoitz egiten dizut, Jauna, eta nire ahots
dardartiaren atzean zaude**

**Eta nire gogoaren atzean, zeinarekin otoitz egiten
dudan**

**Nire sentimendu sakonenen gainetik zaude
Nire pentsamendu eta nahi sakratuetatik
haratago, eta zureganako dudan irrikatik harago
Nire hausnarketen eta nire maitasun samurraren
haratago zaude!**

**Ai, giza emozioen beloen atzetik aterako bazina
Eta paisaia natural liluragarriak
Ireki nire begi espiritualak, zu zaren bezala ikus
zaitzadan!**

**Jainkorik gabeko bizitza osatugabea da
Jainkoarekin konektatzen garenean, ulermen
intuitiboak inspiratuko gaitu eta gidatuko gaitu
egiten dugun guztian.**

**Botere bedeinkatu hori kontzienteki eduki behar
dugu Botere hori gure baitan dago; besterik gabe,
aurkitu behar dugu**

**Botere hau guztian lanean ari dela ikusiko duzu,
zure egoera hobetzeko eta gauzak errazteko. Botere
honekin konektatzen zarenean, zure ongizatea
energia kosmikoak pulsatuko da, eta zure
pentsamenduak finduagoak, fokatuagoak,
zorrotzagoak eta sarkorragoak bihurtuko dira.
Konturatuko zara zure arimak Jainkoaren egia
biziaren eta bere jakinduria agortezinaren ontziak
direla.**

**Jainkoa osasunaren, oparotasunaren,
jakinduriaren eta betiko pozaren iturria da. Harekin
konektatzen garenean, gure bizitzak osoak eta
betegarriak bihurtzen dira.**

**Jainkorik gabeko bizitza osatu gabea da. Bizitza,
energia eta jakinduria ematen digun botere goren
horretan pentsatu behar dugu.**

**Egia hau gure gogoetara, indar hau gure
gorputzetara eta poz amaigabe hau gure arimetara
isur dadin otoitz egin behar dugu.**

**Begi itxien iluntasunaren atzean unibertsoaren
indar miragarriak daude, eta arima on eta espiritu
noble guztiak**

**Eta arimaren esferen hedadura infinitua
Hausnartzen baduzu, egia absolutua konturatuko
zara eta haren lan miragarria ikusiko duzu zure
bizitzetan eta sorkuntzan zoragarri eta aintzatsu den
guztian.**

**Irrikaren bideetan.
Jainkoak deitzen nau.
Arima irekien bidez
Eta bihotz onak maitasunez taupadaka
Eta fedez beteta dago
Dizipuluak egindako ekintza on oro
Bere kontzientzia urrats bat hurbilago dago
Kontzientzia kosmikoaren atalasetik
Utzi barrura sartzen, Jauna
Zure jainkozko edertasuna ikusteko
Eta bedeinkatua naiz zure argi distiratsuak
ikusteaz**

**Nire bizitza Zure jainkozko jakinduriak gidatzen
badu**

**Beraz, nire ahaleginak arrakastaz koroatuko dira
ziur aski**

Ez naiz bidetik joango

Bedeinka nazazu, Jauna, nire ikusmena argia izan dadin

**Nire arima purifikatu da
Orduan ikusi zuen ziurtasunaren eguzkia
Eta egia jakitea gustatzen zait
Gaur ahaztuko ditut iraganeko zailtasunak
Orainaldiari eta etorkizunari aurre egingo diot
Ausardia eta konfiantzaz, Ahalguztidunaren
laguntzarekin**

**Nire gorputza energia kosmiko kargatuko dut
Eta nire izatea jainkozko kontzientziaren
sendatzeko argiarekin garbitzen dut
Nebulosa kosmiko bat bezala
Bakeak betetzen du nire kontzientzia
Eta Jainkoaren presentzia infinitua sentitu zuen
Jauna, argitu nire adimena
Bete nire ontzi mentala
Ulermen eta ezagutzarekin.**

**Zure maitasunaren argia distira dezala
Nire bizitzako bideetan
Uharte Urdinen artxipelagoan
Nire balkoitik, mendebaldera begiratu nuen, eta
irudimenaren hegoetan hegan egin nuen horizonte
urrunaren ertzetaraino. Eskuinera eta ezkerrera, bi
mendikate ikusi nituen, laster kolore more
misteriotsu bat hartu zutenak.**

**Berriro begiratu nuenean, esku ikusezin batek
urdin ilun koloreko belo batez inguratu zituen. Nire
atzean Guadalajara hiria zegoen, ilunabarrean
bainatuta. Ekialdeko zerua arrosa leunez tindatuta
zegoen orain. Aurrera begira, nire begiek urrezko
aintzira batean flotatzen ari ziren uharte urdinez
osatutako hiri magiko bat ikusi zuten.**

**Uharte urdin magikoen artxipelago honetan,
kareharri urdinezko muino erraldoi bat altxatu zen,**

laba gorri-urrezko geiserrak isurtzen zituzten hodei bolkaniko gris-zuriez inguratuta, ortzadarraren antzera laku lasairantz jausiz. Urrerko sugar biziek argi-halo distiratsuetan inguratzen zituzten uharte urdinak.

Gailur urdina eta bere suzko koroa bikiak bezala islatzen ziren urrezko laku isil horren gainazalean. Eta eskuin muturrean, laku txiki eta lasai bat distiratzen ari zen, uharte urdinetako baten bularrean kokatuta, hodei uhinen artean igerian dabilen ilbete baten antzera.

Denbora luzez ibili nintzen ilunabarraren eta miraje-hodeien hirian, lakuaren gainazalean flotatzen bere urrezko argi delikatuarekin Eta zein ederrak ziren urrezko ur haiek, norabide guztietan sakabanatuta izotz gorri multzoz josita, betikotasunaren ertzeraino

Argi-izakiak arima onak zirela uste nuen lur honetan, eta bizitzako proba guztiak gainditu ondoren, ondo pasatzeko eta nahi zuten bezala ametsak gorpuzteko aukera zutela.

Egunero, ilunabarrean, izaki horiek beren amets zerutiarrak areagotzen zituzten itsaso eta urrezko aintzirez inguratutako hiri etereoetan.

Han eta atsekabeen atzean eta lurreko mundu honetako tranpen atzean, bere tragedia eta min guztiekin

Han, gogaikarrien gainetik, izaki haiek argi gorriak arnasten zituzten, izpi laranjak edaten zituzten, urrundu, hurbildu, ibili eta igeri egin zuten argi koloretsuen artean.

Hemen, izaki horiek berehala gauzatuko zituzten beren ametsak eta nahi zuten bezala gorpuztuko zituzten beren fantasiak, gero desegin eta desagertuko ziren beren nahierara.

**Hemen gozatu zuen poztasun eta
gogobetetasunaren altxorak, eta eskuzabaltasunez
eman zizkien bisitan zetozen guztiei bere mundu
zoragarri eta magikoan ametsak.**

**Hemen, ez zegoen behartuta gizakiek bezala
itxaron eta desioak egitera bere ametsak egia
bihurtzeko eta bere nahiak gauzatzeko, baizik eta
nahi zuen bezala amestu zuen eta amets eta nahi
horiek guztiak bere borondatez lortu zituen.**

**Ametsen Uharteetako ilunabarreko hiri hura
subkontzientearen tolesduretan irauten zuen nire
ametsetako bat zen, eta gaur egia bihurtu da modu
guztietan!**

**Egiaz, ikusi ditut nire arimaren altxor eta altxor
ezkutuak, eta haien argiak gainezka egin dit eta haien
distirak itsutu nau!**

**Paramehansiat: Jainkozko Estasiaren Espektoak
Apaltasuna, Jauna, da biderik ziurrena
Zure jainkozko errukiaren euria jasotzeko
Zure jainkozko justizian eta egiaren printzipioetan
jarriko dut nire konfiantza**

**Maitasunaren deiari eta bihotzaren irrikeri
erantzuten ari zarela konturatzea**

**Zure borondate orokorrarekin lankidetza estuan
Eta zugan dudan fede osoarekin
Zure laguntza jasoko dut eta zure ondoan
sentituko naiz**

**Gaur zurekin dudan betebeharra beteko dut
Munduarekiko ditudan betebeharrak betetzen
ditudan bezala**

**Oi, Maite Handiena
Bihotzen santutegietan oihartzun egiten duen
oihartzun etereoak zara**

**Eta belarriek jaso ezin dituzten sentimenduen
ahotsa zara**

**Zure maitasunaz bedeinkatua izatea neurrigabe
handiagoa da**

**Munduko kontsiderazio guztietatik
Eta lurreko aintza guztiak
Zuregan dudan fede osoarekin
Gaixotasunaren itzalak desagertzen eta
itzulerarik gabe joaten ikusten ditut
Naturaren leihoetatik eta bakearen ateetatik
ikusiko zaitut, Jauna**

**Zure bedeinkapenez busti gaitzazu
Eta murgildu gaitzazu Zure energia kosmikoaren
uhinetan**

**Mantendu egoismoa guregandik urrun
Arimak hurbiltzea eragozten duena
Eta haien topaketa ontasunaren eta argiaren
maitasunean oinarritu zen**

**Utzi nire erregu-loreak ureztatzen
Zugan pentsatzearen eta zugan meditatzearen
urekin, ene Jainkoa**

**Lore berri eta biziak erne daitezen
Inspiraziotik, baketik eta zoriontasunetik
Gaizki egitea saihesteko modu bakarra gaizki
egitea antzemateko eta ez egiteko erabakia hartzeko
irizpide ona garatzea da.**

**Gaizki batek beste baten aurka borrokatzeak ez
du zuzentasunik sortzen. Ezjakintasuna da
gizateriaren benetako etsaia eta mundu honetatik
uxatu behar da. Mundu honetan behar dugun guztia
dugu oparotasun, zoriontasun eta justizia
perfektuaren aro bat hasteko.**

**Oztopo bakarra gizakiaren berekoikeria da, eta
horrek ezinezko egiten du hau. Sufrimendu izugarria
eta bidegabea gizakiaren berekoikeriak eta
besteekiko inolako errespeturik gabe norberaren
interesak bilatzeak eragiten dute.**

Behartsuak elikatzeko eta janzteko erabil zitekeen dirua, suntsipenerako eta hondamendirako erabiltzen da. Ezjakintasunetik sortutako berekoikeria hau da arazo globalen erroko kausa.

Denek uste dute gauza zuzena egiten ari direla, baina beren helburu pertsonalak bakarrik bilatzen dituztenean, kausa-efektuaren lege karmikoa martxan jartzen dute, eta horrek, ezinbestean, beren zoriontasuna eta besteen zoriontasuna suntsituko ditu.

Zenbat eta gehiago ikusten ditudan gizakiaren ezjakintasunak eragindako munduko tragediak, orduan eta gehiago konturatzen naiz zoriontasuna ez dela iraungo kaleak urrez zolatuta egon arren.

Zoriontasuna besteak zoriontsu egitean datza, eta denek hori egingo balute, denak izango lirateke zoriontsuak.

Eta denek jasoko lukete lurraren oparotasunaren zati bat

Mundu honetara ez dakigu nondik etorri garenez, naturala da bizitzaren jatorriaz eta xedeaz galdetzea.

Mundu honen sortzaile bati buruz entzuten eta irakurtzen dugu, baina ez dakigu nola iritsi harengana. Dakigun guztia da unibertso osoak bere jainkozko gogoaren existentzia aldarrikatzen duela.

Erloju txiki baten pieza eta gailu txiki eta zehatzek erlojugilea mirestera bultzatzen gaituzten bezala, eta fabrika bateko makina handi eta konplexuek asmatzaileaz harritu eta txunditzen gaituzten bezala, naturaren mirariak ikusten ditugunean, haien atzean ezkututzen den adimenak harritzen gaitu, eta galdetzen dugu: "Nork eman zion loreari eguzkiari begira dagoen forma bizia? Nondik datoz bere usaina eta edertasuna? Eta nola eratu

ziren bere petaloak hain zehaztasun handiz eta tindatu ziren hain kolore zoragarri eta alaiekin?"

Gauetz, izarrek eta ilargiak, beren zilar koloreko argia gure inguruan barreiatuz, zeruko gorputz hauek espazioaren zabaltasunean gidatzen dituen kontzientzia hausnartzera bultzatzen gaituzte. Ilargiaren argi leuna ez da nahikoa eguneroko jarduerarako, eta beraz, gogo jakintsu eta leun batek atsedena iradokitzen du gauetz. Orduan irteten da eguzkia, bere argi distiratsuak gure inguruko mundua argi eta lasaitasunez ikusteko aukera ematen digu, eta gure beharrak asetzeko ardura hartzen dugu geure gain.

Bi modu daude gure beharrak asetzeko: modu fisikoa eta modu espirituala. Gure osasuna okertzen denean, adibidez, medikuarengana joan gaitezke tratamendua jasotzera. Baina iristen da une bat non ez medikuak ez inork ezin gaituen lagundu, eta bigarren bidera jotzen dugu; gure gorputza, adimena eta espiritua sortu dituen botere espiritualera.

Botere materiala mugatua da, eta huts egiten dugunean, Jainkoaren botere mugagabera jotzen dugu. Honek gure finantza-beharrei ere eragiten die. Gure onena egiten dugunean eta oraindik nahikoa jasotzen ez dugunean, botere horretara jotzen dugu.

Denek uste dute beren arazoak direla txarrenak Batzuek beste batzuek baino presio handiagoa sentitzen dute, haien erresilientzia ahula delako Pertsonen indar mentalaren desberdintasunengatik, energia kantitate desberdinak gastatzen dituzte Norbaitek zailtasun izugarri bati aurre egiten badio eta bere adimena ahula bada, ezingo du gainditu Adimen indartsua dutenek beren zailtasunak gainditu ditzakete oztopoak hautsiz eta beren oinarriak astinduz Hala ere, pertsona indartsuenek ere porrota

**jasaten dute batzuetan Arazo eta zailtasun fisiko,
intelektual eta espiritual izugarriei aurre egiten
diegunean, konturatzen gara zein mugatua den bizi-
indarra mundu material honetan**

**Gure ahaleginak ez dira osasun ona eta
segurtasun materiala lortzera bideratu behar
bakarrik, baita bizitzaren zentzua bilatzera ere.**

**Zein da bizitzaren helburua? Zailtasunek gainezka
egiten digutenean, lehenik ingurura jotzen dugu,
arintzea ekarriko digula uste dugun egokitzapen
material guztiak saiatur. Baina bideitsu batera
iristen garenean eta esaten dugunean: "Nire saiakera
guztiak huts egin dute, zer gehiago egin dezaket?",
gure arazoari irtenbide eraginkor bat aurkitzea serio
aztertzen hasten gara. Eta gure pentsamendua
nahikoa sakona bihurtzen denean, erantzuna geure
baitan aurkitzen dugu. Hau erantzundako otoitz mota
bat da.**

**Nire arimaren isiltasunean
Utzi nazazu ezagutzen, Jauna!
Jabetu nazazu, eta utzi zure betiko presentzia
sentitzen**

**Nire baitan eta nire inguruan
Nire pentsamenduen bakardadean, zure ahotsa
entzuteko irrikitan nago**

**Lurraren zarata ozenak niregandik urrun eduki
Nire oroimenean ezkutatuta
Zure ahots lasai eta lasaigarria entzun nahi nuke
Eta abeslaria beti dago nire arimaren
lasaitasunean**

**Ene Jainkoa, non Zu guztiz existitzen zaren
Bertan egon behar duzu.**

**Nire izatearen eta kontzientziaren sakonean
Lagundu iezadazu zati txiki bat ere erakusten
Nire meategi espiritualeko altxor ezkutuetatik!**

**Oi argi distiratsua
Nire bihotza esna dago
Nire osasun mentala
Bete nire tenplu espirituala zure aintzaz
Oi, betiko Ipar Izarra!
Nondik nora joan eta nolanahi biratu nintzen
Nire gogoaren iparrorratz magnetikoak zuregana
seinalatzen jarraitzen du
Zoritxarraren haizeek jotzen zaituzten ala ez
Edo zailtasunen eta hondamendien euriek bustita
Nire gogoa gidatuta zegoen, hala ere
Beti zuregana biratuz
Nire txori maitea, hegoak astinduz
Nahasmen hodeien artean
eta nahasmenaren ekaitzak
Zalantzarik gabe, zureganako bidea aurkituko du
Antzinaroan
Eterraren bihotzean.
Espiritu gisa existitu ginenean
Guztiok lotan geunden
Jainkozko maitasunaren estalpean
Eta Jainkoak esnatu gintuenean
Harengandik urrundu ginen.
Seme galduaren istorioan bezala
Gure arteko jainkozko ahaidetasun lotura ahaztu
dugu
Elkarrentzat ezezagun bihurtu ginen
Eta gure zeruko etxea utzi dugunetik
Mundu honetan bihurtu gara
Lurraren bazterrak zeharkatzen dituzten
bidaiariak
Patuaren bideetan ibiltzen gara
Urrunegi joan gara.
Gure jatorrizko etxetik urrun joan gara
Hala ere, noizean behin**

Leku, esperientzia eta aurpegi batzuek esnatzen gaituzte

Oroitzapen ezkutak eta barne sentimendu sakonak

Xuxurlatzen digu.

Berriro dena bizitzen ari garela sentitzen dugu

Jadanik bagenekien gauzak

Maite ditugunekin elkartu eta harremanetan jartzen gara

Haiei ondoan geunden.

Iragan urrunean.

Oi unibertsoen Sortzailea

Zure argia handiengan distiratzen da

Haiei jainkozko ezagutzak gure ulermena inspira dezala

Utzi konturatzen zu zarela azken helburua

Zer lortzen saiatzen garen

Anbizio handiena.

Lortu nahi duguna

Freskatu gaitzazu zure presentziaren haize usaintsuarekin

Bete gaitzazu zure presentzia loriatsuaren irrikaz

Zure jainkozko jakinduriak elika dadila gure izatea

Senti dezagun zure argi santua

Gure bizitzako alderdi guztiak zeharkatzen ditu

Eta gure erabakia indartzen du

Eta gure iluntasuna uxatzen du

Eta bakeak ingura gaitzazu

eta baikortasuna

Eta ekintza onak egiteko gogoa

Printzearen eta Eremita Argituaren artean

Behin, printze tirano bat ehizara joan zen bere morroi eta laguntzaileekin, guztiz hornituta eta armatuta. Basoan sakondu ziren, adarrak joz eta danborrak joz.

Txori, orein eta tigre basati batzuk ehizatu ondoren, printzeak eta bere segizioak konturatu ziren galdu zirela

Janari ugari zuten, baina urik ez. Basoan ur bila nekaezin ibili arren, ez zuten bat ere aurkitu. Ez zuten gaueko piztia basatien erasoetatik babesik, iluntasuna azkar hurbiltzen ari baitzen.

Eguzkia bistatik desagertu zen, eta karabana gidatzen ari zen printzea txabola zahar eta hondatu batera iritsi zen. Zalditik jaitsi ondoren, ireki gabeko atea bultzatu eta txabolara sartu zen. Barruko guztia ilun zegoen, izkina bateko argi-distira bat izan ezik, eta etsipenez pentsatu zuen: "Txabola ere hutsik dago".

Baina itxaropenak bultzatuta, oihu egin zuen: "Bakea, ba al dago inor hemen?"

Harrituta geratu zen ahots lasai bat entzun zuenean, lasai erantzuten ziola esanez: "Bai, hemen nago. Ura bilatzen ari zara?"

Printzeak une batez iluntasunera begiratu zuen gizaki baten mamua ikusi zuen arte, eta harrituta geratu zen gizonak haren pentsamenduak ezagutzen zituelako hura ezagutu edo ezagutu aurretik ere.

Printzeak galdetu zion ostalariari: "Nor zara zu?" Ostalariak erantzun zion: "Jainkoari deboziozko aszeta pobre bat".

Eremita piztu zuen lanpara bat eta printzeak bere segizioa deitu zuen, eta poz handia sentitu zuten baso urrun hartan ura eta fruituak aurkitzean.

Printzeak ermitauari galdetu zion: "Ez al zara tigreen eta sugeen beldur?"

Xeke ermitauak erantzun zuen: "Noski ezetz, tigreak dira nire katuak, eta sugeak baketsuak dira niretzat. Lagunak gara, beti Jainkoaren maitasunaren

eguzkiaz gozatzen dugunak, existentzia honetan guztian distiratzten duenak".

Printzeak ermitauari arreta handiagoz begiratu zionean, izuak hartu zuen ermitauaren lepotik zintzilik kobra pare bat ikusi zuenean. Ikusitakoa baieztatzeko hurbildu zenean, sugeek txistu egin eta mugitu egin ziren, buruak astinduz, printzearen bihotzean beldurraren dardarak eta mendeku-gogoa sumatzen baitzituzten.

Gainera, une hartan basoko tigreetako bat txabolan sartu eta lasai etzan zen ermitauaren oinetan. Jainkoaren gizonak kontsolatu eta burua laztandu ondoren, tigrea lasai alde egin zuen, basoaren bihotzerantz abiatuz.

Printze harroputzak bere artean pentsatu zuen: "Agure hau zuzena eta bihotz onekoa izan behar du, animalia basatietatik eta egarri hilgarritik babestu gintuen eta. Bere ekintzaren sari gisa, aberastu egingo dut". Orduan, ermitauari hitz egin zion, esanez:

"Ai Xeike, zure aurpegia adeitasunez eta zintzotasunez distiratzten da, eta eskertzen dizut niretzat eta nire ingurukoentzat egin duzun guztia. Horregatik, sekretu bat eman nahi dizut, zeinaren bidez aberats eta aberats bihurtuko zaren. Sekretu hau lehen aldiz agerian uzten dizut, eta zuri bakarrik".

Hitz hauek esan bezain laster, printzeak harri bat atera zuen kapa azpitik eta hitz egiten jarraitu zuen, esanez:

"Familiako altxor hau zure esku utzi nahi dut. Filosofoaren Harria da, eta agian aberastu egingo zara hura erabiliz. Harri honek urrea egiten du, eta alkimista handienetako batek eman zion nire aitari. Ukitzen duen guztia urre puru bihurtzeko gaitasuna

du. Harri hau urtebetez erabil dezakezu eta harriak urre bihurtu, eta gero saldu urrezko jauregi bat erosteko. Urtebete barru itzuliko naiz zuregana bisitatzera eta nire harria berreskuratzen, nire bizitza baino preziatuagoa iruditzen baitzait".

Eremitauak ez zuen erantzukizun hori onartu nahi izan, baina printzearen etengabeko eskaerei erantzunez, filosofoaren harria gordetzea onartu zuen. Printzeak ermitauak harria gerriko azpian jartzen ikusi zuen (jendeak dirua lapurren beldurrez gordetzen zuen tokian!), eta gero printzea bere bidetik joan zen.

Urtebete geroago, printzea bere segizioarekin itzuli zen, txabola hondatuaren ordeztu jauregi bikain bat ikusteko esperantzan. Baina etsita geratu zen txabola oraindik zutik zegoela eta lehen baino egoera okerragoan zegoela ikustean. Beraz, zalditik jaitsi eta atea bultzatu zuen, ahots ozenez oihu eginez: "Bizirik al zaude oraindik, ermitau?"

Eremitak ahots sendo eta sakonez erantzun zuen: "Bai, Jainkoari gorazarrea, printzea! Ongi etorri nire etxe apalera".

Berehala eta sarrerarik gabe, printzeak oihu egin zuen: "Zer gertatzen zaizu, gizona? Zer egin duzu utzi dizudan harri filosofalarekin? Zergatik ez duzu erabili aberasteko?"

Eremita une batez pentsatu eta gero erantzun zuen: "Zer da filosofo-harri hori aipatzen ari zarena, eta zer esan nahi duzu aberats bihurtu behar naizela esaten duzunean? Egia esan, ez dut naizena baino aberatsagoa izan nahi".

Izuak hartu zuen printzea, pentsatuz ermitau zaharrak bere harria galdu zuela harekin zuen axolagabekeriagatik, eta erregu-tonuarekin esan zuen: "Duela urtebete gerrikoan jarri zenuen harri

filosofal baliotsu hori esan nahi dut? [Eddie, zure gerrikoarekin], esadazu zer egin zenuen harekin?"

Eremuak erantzun zion: "Hori da, oraintxe bertan gogoratzen dut zure harribitxi preziatua. Egun batean, Jainkoaz gogoetan murgilduta nengoen ibaira bainatzera joan nintzenean, eta uste dut harria arropatik irrist egin eta urak irentsi zuela. Seguru egon zaitez".

Printzeak ahots ozenez oihu egin zuen: "Ai, nire galera ordezkaezina! Dena galdu dut!" eta ia konortea galdu zuen harriduraz. Eremitak ur hotza aurpegian zipriztindu eta berpiztu egin zuen, printzearen morroiak xeikharengandik hurbildu ziren bitartean, begiak gaiztakeriaz distiratsu, kalte egin nahian. Baina ermitak barre egin eta esan zuen: "Ai, Zure Altesa, hain maila altua duena, ez nekien harri batengatik hainbesteko iskanbila sortuko zenuenik. Zatoz nirekin ibaira, eta zure harria bilatuko dut eta aurkitzen saiatuko naiz".

Printzeak erantzun zion: "Burua galdu duzu? Orain bilatu nahi al duzu duela urtebete zuregandik erori eta korronteak eramane zuen harri bat?"

Baina ermitauak ez zien jaramonik egin haren hitzei, eta oihu egin zion, esanez: "Printze txikia, ez dago zalaparta guzti honen beharrik. Itxaron ibaian harria bilatu arte. Zatozte nirekin, denok".

Sorginkeria baten eraginpean baleude bezala, printzeak eta bere segizioak ermitauaren magnetismo gardenari erantzun zioten eta isil-isilik jarraitu zioten ibairaino. Han, ermitauak printzeari eskatu zion zapia poltsikotik ateratzeko, lau ertzetatik eusteko eta ibaian sartzeko, honela otoitz eginez:

"Printzeen Printzea, Erregeen Erregea eta Harri Filosofal guztien Egilea, itzuli ieza dazu nire harria"

Printzeak hori egin eta zapia uretatik atera bezain laster, harrituta geratu zen bere begi sinesgaitzekin hogeit hamarri filosofal baino gehiago ikustean, galdu zuen jatorrizkoaren propietate berdinak. Bakoitza probatu ondoren, ikusi zuen bakoitzak hondartzako harri arruntak urre bihur zitzakeela. Printzeak harriak zapien lotu eta sorta ibaira bota zuen.

Eremita eta bere segizioak oihu egin zioten: "Zergatik egin duzu hori?" Baina printzeak Jainkoaren gizonari begiratu zion, errespetuz makurtu zitzaion aurrean, eta esan zion:

"Jauna, zuk daukazuna nahi dut, urrea egiten duten harriak baliogabetzat jotzen dituzunak."

Eta horrela, printzeak bere lurreko erreinua utzi zuen jakintsu zaharrengandik espirituaren erreinua nola lortu ikasteko, espazioak ez baitu eta suntsipenaren menpe ez dagoena.

Istorioaren morala da lurreko aberastasuna, baliotsua iruditu arren, iragankorra dela eta mundu xume honetan atzean utzi behar dela, gorputza hilotz hotz eta bizigabe bihurtzen denean.

Filosofoaren harria erabili beharrean, hemen aberastasun iragankorrak bakarrik metatzeko gaitasuna sinbolizatzen duena, agortezina eta iraungitzezina den jainkozko aberastasuna lortzeko bere denbora eta gaitasuna eskaini dituen aszetaren antzekoa izan beharko genuke.

Jainkoa ezagutzen duenak ametsak gainditzen dituen aberastasunak izango ditu, eta beharrezkoa izanez gero, ondasun materialak utziko ditu harriak balira bezala, aberastasun espiritualala lortzeko eta benetako aberastasunak gozatzeko itxaropenarekin.

Besteekiko dugun harremanetan

Oso garrantzitsua da aitortzea eta baloratzea

Ezaugarri bereizgarriak eta kalitate nobleak

**Beren esperientzietatik atera zituztenak
Eta beren izatetik moldatu zuten
Adimen irekia duten pertsonak aztertzen
baditugu**

**Haiek ulertzeko eta erosotasunez aurre egiteko
gai izango gara**

**Berehala ere gai izango gara
Gurekin ari garen pertsonaren izaera ezagutzea
Ez hitz egin filosofo batekin zaldi lasterketei
buruz**

**Ez eztabaidatu zientzialari batekin etxeko
antolaketari buruz**

**Badakit zerk interesatzen zaion pertsonari eta
zerk erakartzen duen haren arreta**

**Eta gai horri buruz hitz egin zion
Ez nahitaez interesatzen zaizkizun gauzei buruz
Besteak ulertu nahi baditugu
Saihestu behar dugu haiek kritikatzeta eta
gaitzestea**

**Horren ordeez, gure bereizketaren ispiluan
begiratu beharko genuke**

**Zer konpondu eta hobetu behar den jakiteko?
Ispilu psikologiko hori oso desberdina da
Goizero begiratzen dugun ispilu ezagun horri
buruz**

**Egunero begiratzen diot neure buruari ispilu horri
Gustatzen ez zaidan zerbait aurkitzen badut
Neure buruari leporatzen diot eta gogor lan
egiten dut zuzentzeko**

**Horrela, pertsona batek bere irudia ikusten du
Bere arimaren ispiluan bere benetako forman
islatuta**

**Eta egunez egun aurrera egiten du
Zoriontasunerako eta lasaitasunerako bidean
Jainkoak bedeinka zaitzala**

Bakea izan bedi zurekin

Irriken Sarea

Hemen nago, nire irriken sarea botatzen

Nire pentsamenduen itsaso zabalean

**Askotan ihes egin didazu, jainkozko harrapakin
preziatua!**

**Hala ere, bakearen sakonean murgiltzen
jarraitzen dut**

**Eta etengabe, nire maitasunaren sareak bata
bestearen atzetik jaurtitzen dizkizut**

**Egunen batean harrapatu beharko zaitut zure
irrika amaigabearen sarean**

Nire maitasun sare hau edonora botatzen dut

Bizitzaren olatu nahasien gainetik

Eta izar distiratsuei buruz

Eta arima onen sakonean

Dakidan guztia ehiztaria naizela da

Eta harrapatzen saiatzen jarraituko dut

**Oi, existitzen den desiorik maiteena eta altxorrik
handiena!**

**Ezjakintasunaren beloak eraisteko eta ilusioaren
iluntasuna uxatzeko eskatzen diot, eta zure bizitzako
anbizio handiena eta zure desioen tronuan irrika
sendoena izan dadin, eta letargia eta atzerapena
jarduera espiritual bihurtzen laguntzeko, poz, berritze
eta ilusioz beteriko jarduera batean. Jainkozko
maitasunaren ardotik edateko eskatzen diot mozkortu
arte, eta bisitatzeko bisita santu batekin, non
kontsolamendua dagoen, eta zure bihotza
maitasunaren eta esker onaren urekin garbitzeko, eta
zure izatean ziurtasunaren lanparak pizteko, eta zure
ametsak bere itsaso bedeinkatuaren errealitatean
urtzeko, eta Harengan asebetetzea eta gogobetetzea**

**aurki dezazun, lasaitasuna zure ariman bizi dadin eta
zeruko bedeinkapenak zure gainera jaitsi daitezen.**

**Isiltasunak pentsamenduak lasaitzea esan nahi du
Gorputza lasaitzea eta bere beharrak
kontrolatzea**

**Hori egiteko gai denak lasaitasun freskagarria
biziko du**

**Mundu finduetatik datozen olatu eta inpresio
sublimak sentituko ditu**

**Eta isiltasunean sakonago murgiltzen denak,
orduan**

**Jainkoaren erreinua bere baitan aurkituko du
Pertsona bat errepidean dabilen bitartean
Bere denboraren une oro oso preziatua da
Denbora gutxirako gaude hemen lur honetan
(pasabide-etxean)**

**Dena iragankorra da, baina Jainkoaren
sentimendua iraunkorra da**

**Ezerk ezin du bihotzetik eta arimatik ezabatu
Ez utzi behar mundu honetako tentazioek gu
mugitzen**

**Gure helburu handienetik eta gure helburu
gorenetik urrunduz: Jainkoa**

**Jainkoa ezagutzea posible da
Unibertsoen maisua aurkitu behar dugu
Noren argitik distiratzten dute izarrak
Eta haren boterearekin bihotzak taupaka
Isiltasunaren Tenpluan bilatu behar dugu
Jainkoari irrika eta irrikaz deitzen diogunean
Eta irrika biziz pentsatzen dugunean beragan
Aurkituko dugu.**

**Ez nago jainko ezezagun bati buruz ari
Baizik eta, ezagutu dudan Jaunari buruzkoa da
Eta egia da niretzat
Gauza fisiko guztiak baino errealagoa da**

**Gure giza bizitzaren olatuak eusten eta eusten
dituen itsaso jainkotiarra da**

Dena gabe egin dezakegu

Jainkoa izan ezik.

{Hain goratua da Jainkoa, Subiranoa, Egia}

**(Zorionekoak bihotz garbikoak, zeren Jainkoa
ikusiko baitute)**

**Naturala da pertsona batek maitatzeko eta
maitatua izateko beharra sentitzea. Baina bihotzaren
irrika hori, azken finean, maitasun horren iturria da,
hau da, Jainkoa.**

**Giza maitasuna itxaropen, kalkulu eta gogoeta
subjektibo askotan oinarritzen da, beraz, ez dago
bere iraunkortasunaren bermerik, baldintzek
mugatuta baitago.**

**Jainkozko maitasuna, ordea, baldintzarik
gabekoa, konstantea eta iraunkorra da. Zure
bihotzean ukitzen badu, beti aurkituko duzu zurekin.**

**Edozein egoeratan, babes eta lasaitasun iturri
gisa sentituko duzu, zailtasun eta miseria artean ere.**

Sufrimendu eta proba gogorren artean

**Denek abandona zaitzakete, baina maitasun
sakratu horrek ez zaitu utziko, ez zaitu hutsik egingo,
eta ez zaitu kezka eta ilusioen biktima utziko,
bizitzaren bira eta buelta artean zerutik datorren
babes-indar eta gidari-argia baita.**

**Giza maitasuna jainkozko maitasunez kargatzen
denean, puru eta argi bihurtzen da. Baina giza
maitasuna den erreka eta jainkozko maitasuna den
iturburutik bereizten baduzu, isuriari uzten dio eta
munduko hondarretan galtzen da.**

**Giza maitasuna jainkozko maitasunarekin lotuta
dagoen bitartean, bihotza leuntzen du, kontzientzia
freskatzen du eta arimaren lorategiak bizitzaren urez
ureztatzen ditu.**

**Maitasuna: Borondatearen estimulatzaila
Dena egiten dudanean, bihotzeko maitasun
guztiarekin egiten dut**

**Probatzen baduzu, ikusiko duzu ez zarela batere
nekatuta sentitzen**

**Maitasuna borondatearen pizgarri handiena
delako, eta maitasunaren eraginpean dagoen
borondateak botere apartekoa duelako batzuentzat
ezinezkoak irudituko zaizkien gauzak egiteko.**

Kontzientzia espiritualaren bideetan

Erakarpina eta kontrako sexua

**Itxura pertsonala garbia, txukuna eta ordenatua
izan behar da**

**Ez da gaizki pertsona bat erakargarria agertzea
Gustu onaren menpe dagoen bitartean
erakargarritasun hori**

**Baina gaizki dago pertsona batek nahita sexu-
erakarpina erabiltzea**

Kontrako sexua erakartzeko

**Gizon baten eta emakume baten arteko
erakarpina arimatik sortu behar da**

Autokontrola dutenak.

Ez dute sexu-sinbolo izateaz harrotzen

**Bizitzako bikotekide egokia erakartzeko aukera
gehiago dute**

Ezkontza-harreman arrakastatsuetan

Maitasuna lehenesten da, ez sexua

**Hau izan beharko litzateke ideala eta estandarra
Herrialde batzuetan, musuak edo kontaktu
intimoak ez dira gertatzen**

**Ezkondu aurretik gizon eta emakume gazteen
artean**

**Bi pertsonak baldintzarik gabeko erakarpina
sentitzen dutenean
elkarrengana**

**Elkar sakrifikatzeko prest egongo lirateke
Benetako maitasuna benetakoa da
Orduan bakarrik bihurtzen dira ezkontzaren
barruan harreman intimo bat izateko eskubidea
dutenak.**

**Jabetza alferrikakoa da
Ezkontide batek bestea kontrolatzen saiatzen
denean**

**Hau maitasun faltaren froga da
Baina maitasuna adierazten dutenean
Interes zintzo eta atseginarekin
Eta sentimenduen azterketa zaindua
Eta besteak zoriontsu egiteko zintzotasunezko
nahia**

**Maitasunak kalitate gorena lortzen du
Eta halako harreman batean
Jainkozko maitasunaren zertzelada bat jasotzen
dugu**

**Ulermenik gabeko bizitza suizidio espiritual eta
materiala da**

**Zorionekoak ulermena dutenak
Bide espiritualean behar handiena da
Eta bizitzaren bideetan
Ulermena linterna bat da
Gizakiaren bidea argitzen du eta arrakasta
ekartzen dio**

**Bizitzaren azken helburura iritsi aurretik
Ezinbesteko eta garrantzitsu den gaitasun hori
izan behar du**

**Beraz, ez utzi gaizki-ulertuak itsutzen
Suizidio espiritual eta fisikoa delako
Ulermena egoera guztietan gidari izan behar da
Edozein dela ere gure esperientzia zailak,
Ulermen zuzena izan behar dugu
Jainkoak ez digu kalterik edo minik eragiten**

**Geure buruari laguntzen edo kalte egiten
diogunak gara**

**Gure ulermen eta ulermenaren bidez
Edo gure gaizki-ulertua eta ulermen eza
Jainkoari otoitz egin behar diogu ulertzeko
Aurkeztutako esperientziak edozein direla ere
Edo bizi ditugun egoerak
Ulermenak bakarrik babestuko du gizateria
Nire esperientziak biziagoak eta larriagoak
bihurtzen direnean**

**Nire lehen saiakera neure baitan ulermena
aurkitzea da**

**Ez ditut egoerak errudun jotzen, ezta besteak
zuzentzen saiatzen ere**

**Baina lehenengo barrura sartzen naiz
Nire gotorleku espirituala garbitzen saiatzen ari
naiz**

**Eta barneko argi hori oztopatu dezakeen edozer
gauza kenduz**

**Edo arimaren botereak agertzea eragozten du
Edo bere burua adieraztea eragozten dio
Hori da arrakastaz bizitzeko bidea
Arazoetatik ihes egitea irtenbiderik errazena
dirudi**

**Baina pertsona batek indarra hartzen du aurkari
indartsu baten aurka borrokatzen denean**

**Zailtasunik ez dutenak ez dira hazten eta haien
erabakia ez da sendotzen**

**Beldurra desagertzen da ulertzen dugunean
Ulermenak segurtasuna eta babesa ematen ditu
Bizitzan hainbeste esperientzia izan ditut
Eta esperientzia horien artean zailenak
jendearekin izan ziren**

Gaizki epaitu ninduten.

Maite ditudan pertsonak ikusi ditut

**Nire bihotza eman nien pertsonak
Gaizki ulertzen naute eta nire aurka jartzen dira
Baina horrek ez zuen mingostasunik sortu nigan
Mingostasunak ulermena lainotzen duelako
Ez dut neure buruari minik hartzen utziko
Besteek gaizki ulertu nautelako
Horren ordeez, saiatzen naiz
Lagundu iezaiezu ongi etorriak badira.
Bidali iezaiezu asmo onak
Eta desio onak.
Isil-isilik esertzen zarenean
Zure gogoak presio guztietatik libre egongo da
Bakarrik egon zure pentsamenduekin eta urrundu
mundutik eta haren eskaeretatik
Erabili zure adimena modu eraikitzailean uneoro
Gauza handiak lehenik buruan sortzen dira
Horregatik mantentzen dut nire burua aktibo
uneoro
Aukera sortzen den bezain laster
Berehala aktibatzen ditut bere sormen ahalmenak
eta emaitzak datoz
Saiatu egunero zerbait sortzailea egiten
Zure egoera hobetzeko eta zure patua
kontrolatzeko
Berak zu kontrolatzen utzi beharrean
Osasuna hobetu daiteke.
Edo ohitura onak ezartzea
Edo arrakasta materiala eta espiritualak lortzea
Bakoitzari arretaz erreparatuz
Garai batean
Bizitza honetan lortu nahi nuen guztia
Lortu nuen.
Materia gogoaren produktua da
Beraz, ez dago muga psikologikorik
adimenarentzat**

**Zure burua kontrolatu badezakezu
Mundu osoa zuregana erakarriko da
Nahi nuen guztia lortu nuen
Nire desio handiena zen eta oraindik ere bada
Zoriontasun espirituala Jainkoarengan dago
Nire nahia bete da eta izugarri zoriontsu sentitzen
naiz**

**Pertsona batek ez luke porrot, itxaropenik gabe
edo zorigaiztoko sentitu behar**

**Bere patua kontrola dezake bere pentsamenduak
kontrolatuz**

**Egin nahi dituzun gauza erabilgarri eta onak
Barne-diseinu bat zuen, aldaketa positiboak
sustatzeko erabakigarria zena.**

**Zure patua aldatzeko gai izango zara
Eta zure bizitzako egoerak hobetu
Bere laguntzarekin, goratua izan bedi
Paradisutik haize bat bezala nator
Dizipuluak egunero aztertu behar du bere burua
Aurrerapen egokiak egiten ari den jakiteko
Geure burua aurreiritzirik gabe aztertzen ikasten
dugunean**

**Geure burua eta besteak ezagutzeko gai izango
gara**

**Mundu honetan ulermenez bizi dena eta
kontzientziaz uzten duena**

Hilezkortasuna aurkituko du.

**Nire ikasleen bizitzak eraikitzen saiatzen naiz
Eta zuzendu beren pentsamenduak
zoriontasunaren iturrira eta argiaren iturrira**

**Horregatik jartzen dut arreta lehenik alderdi
espiritualean**

**Bizitzaren alderdi materiala alde batera utzi gabe
Eta bihotzez eta ariman Jainkoa ezagutu nahi
dutenek nahi dut**

**Jainkoa ezin baita ezagutu eztabaida
intelektualen bidez**

**Edo sermoi ozen eta hunkigarriak entzunez
Arimaren barne-agitazioa sortzen duena
Nire ariman daramana oso sakratua da niretzat
Ezin dut ausaz hitz egin
Nik probatu eta egiaztatu dudana bakarrik ari
naiz hitz egiten**

**Autoezagutzaren eta bizitzako esperientzien
bidez**

**Horregatik, irakaspen hauek egiazkoak dira
niretzat**

**Ez dut predikatzen saiatzen, baizik eta egitate
horiek aurkezten**

**Nire esperientzia pertsonalaren lorategitik bildu
nuena**

**Paradisutik haize bat bezala nator
Egiaren usaina eramanez
Betikotasunaren Lorategietatik.
Ez dut ezer eskatzen neure buruarentzat
Nire desio bakarra zuri ematea da
Zeruko usain hori
Eta horren ondoren lurraren kostaldeak uzten
ditut**

**Bihotz kosmikora berriro itzultzeko
Eta ematen dizuedana zeuek bizitzea nahi dut
Jainkoarekin duzun harmoniaren bidez
Hori da nire desio bakarra
Ugaritasunaren giltzak
Bere pentsamenduak jainkozko ugaritasunarekin
harmonizatu nahi dituenak**

**Bere gogoaren lurzorutik behar eta pobreziaren
belar txarrak errotik kendu behar ditu**

**Adimen unibertsala perfektua da eta ez du
beharrik ez zikoizkeriarik ezagutzen**

Eta biltegi kosmiko horrekin harmonian egon nahi duenak

Ugaritasunaren eta oparotasunaren kontzientzia sortu behar du

Hurrengo otordua nondik etorriko den ez badaki ere

Jainkozko ugaritasuna euri freskagarri eta ugari gisa pentsatu beharko genuke

Guztiei berdin erortzen zaie

Norbaitek kopa bat altxatzen badu, bere kopa beteko da

Eta lapiko (edo ontzi) handi bat euripean jartzen baduzu

Bere betetasuna euri garbi eta bedeinkatu gisa jasotzen du

Zein ontzi erabiltzen dugu zeruko ugaritasuna jasotzeko?

Bete nahi duzun ontziak akatsak eta zuloak izan ditzake

Beraz, prestatu eta egoki egin behar da bedeinkatutako fluxua jasotzeko

Hau gizakiei ere aplikatzen zaie

Zeruko altxorrerantz altxatzen duen arrazoimenaren ontzia ezpurutasunez josita badago

Konpondu eta hartzaile bihurtu behar da, bedeinkapen ugariak xurgatu ahal izateko.

Kontzientzia hori konpondu eta zuzendu behar da

Beldur eta zalantza guztietatik askatuz

Inbidia eta gorrotoa eta garbitu ur arazgarriarekin Bakearen, lasaitasunaren, zintzotasunaren eta jainkozko maitasunaren urak

Mundu osoa alde batera doa bidea egiteko

Bere helmuga ezagutzen duen pertsona horrentzat

Bilatzaile baten erabakitasunez abiatzen da hara

**Ugaritasunaren giltzak
Ekialde-Mendebalde Barne Kultura
Buru sendoa baduzu
Eta erabaki sendo bat txertatu zion
Zure patua kontrola dezakezu
Saiatu zure indar mentala gauza txikietan
probatzen lehenik
Lan egin indartzen, zuretzat gauza bikain asko
lortu ahal izan dezan.
Nire bizitzan bizi izan dut hau eta
konbentzimenduz hitz egiten dut
Arrakasta lortzeko indarra buruan dago
Zure usteari eusten badiozu, konturatuko zara
egitate hau
Munduaren zalantzen eta etsipen-emaeen
etsipenen aurrean
Aukeratu besteek pentsatuko ez luketen
zaletasun edo proiektu zehatz bat
Arrakastaz egin dezakezula
Lortu arte eutsi horretan
Helburu xumeekin hasi
Zure gaitasun mentalak pixkanaka haziko dira
Zure helburua lortu arte
Munduak eta zure familiak modu jakin batean
sailkatzen zaituzte
Baina lan egin intelektualki eta iraunkortasunez
Aldaketa eraginkorrari buruz
Ez dago mugarik adimenaren boterearentzat
Ideia honetan zentratu
Bete zure burua lorpenetarako bulkadaz
Eta lan positiboa egiteko determinazioa
Zure helburuak lortzeko bidean
Jarrai ezazu zure pentsamendua lorpen
handiagoetarantz bultzatzen
Aberastasun espirituala lortu zen**

**Eta dena izango da aberastasuna eta oparotasuna
Zure aginduetara eta zure zerbitzura
Nire bizitzak horren lekuko da
Nor dira benetan zoriontsuak diren pertsonak?
Gizakiok altruismoa ikasi behar dugu
Zoriontasuna aurkitzea besteak zoriontsu eginez
Jainkoa maite dutenentzat helburu egiazko eta
noblea da**

**Besteei zoriontasuna ematea ezinbestekoa da
gure zoriontasun pertsonalerako
Auto-asebetetzez betetako proba bat da
Batzuek beren familian bakarrik pentsatzen dute
eta ez zaie besteei axola**

**Beste batzuek beren buruaz bakarrik pentsatzen
dute eta ez beste inorekin**

**Baina hauek dira zoriontasuna dastatzen ez
dutenak**

**Ez da zuzena norberaren zoriontasuna bilatzea
Eta besteen zoriontasuna alde batera utzi
Kontzientziarik gabe besteen dirua beretzat
hartzen duen norbait**

**Aberastu egin daiteke, baina ez da ziur aski bere
bizitzarekin pozik egongo**

**Beren haserre eta atsekabe pentsamenduek
inguratuko dutelako eta lasaitasuna kenduko
diotelako**

**Pertsona batek bere burua zoriontsu egiten
saiatzen denean besteen kontura**

**Denek saiatuko dira hura zorigaiztoko bihurtzen
Baina besteak zoriontsu egiten saiatzen bada
Bere erosotasunaren kontura ere
Denek gogoratuko dute maitasunez eta arrakasta
opa diote**

**Gure beharrei buruz pentsatzen dugunean
Besteen beharrak ere kontuan hartu behar ditugu**

Haie gaiez arduratzen garenean, lagundu eta zoriontsu egin nahi ditugu

Pertsona altruistak bere buruarekin harmonian eta pozik bizi da

**Bere familiarekin eta inguruko munduarekin
Pertsona berekoiak beti arazoetan sartzen den bitartean**

Bere lasaitasuna galtzen du.

Eraldaketa espiritualak jasan zuen mutil bihurriaren istorioa

Indian Ranchi-n nire eskola gainbegiratzeko ari nintzela, ikasleen batez besteko adina baino zaharragoa zen mutil bat ekarri zidaten. Berak ekarri zuten gurasoei esan nien hamabi urtetik beherako mutilak onartzen nituela, baina bera ere onartuko nuela ona bazen.

Bihotzez hitz egin nion mutilari, esanez:

"Erretzen duzu, baina zure gurasoek ez dute nahi zuk erretzea. Zure gurasoen borondatea haustea lortu duzu, baina ez duzu zure atsekabea kentzea lortu, eta zure atsekabea areagotu egingo da ohitura kaltegarri honekin jarraitzen baduzu".

Nire hitzek jo zuten jomugan, eta negarrez hasi zen, esanez: "Beti jotzen naute"

Beraz, esan nion: «Pentsatu zeure buruari zer egin diozun! Hala ere, baldintza batekin onartuko zaitut dizipulu gisa: zure laguna izatea, ez zure aurkako salaria. Zure akatsak zuzentzeko zintzoa zaren bitartean, lagunduko dizut, baina gezurra esaten badidazu, ez dut ezer egingo zuretzat, gezurrak adiskidetasuna suntsitzen baitu. Egia ezkutatu dezakezu, baina kontuz gezurrarekin».

Ikasle gisa onartu eta esan nion: "Erretzeko gogo duzun bakoitzean, zigarroak ekarriko dizkizut".

Behin etorri zitzaidan eta esan zidan: Erretzeko gogo handia dut (heriotzerainoko irrika dut)

Dirua eman nion, eta ezin izan zituen bere begiak sinetsi. "Gorde dirua" esan zuen, eta, egia esan, iritziz aldatu zuen.

Astiro-astiro tabakoa erostera joateko eskatu nion, baina ez zuen joan. Horren orde, esan zuen:

"Ez didazu sinetsiko, baina erretzeko gogo erabat galdu dut"

Ondorioz, eta hezkuntza eta fintze gehiagorekin, izaera onekoa bihurtu zen eta bere espiritualtasuna oso argi geratu zen.

Azkenean, bere kontzientzia espirituala esnatzea lortu nuen

Kontzientzia espiritualaren seinaleak ikus eta senti daitezke benetako eta iraunkorrerako zoriontasunerantz ohitura zahar eta okerren korrontearen aurka joatearen bidez.

Zerbaiten atzetik joan eta amaierara arte saiatzen jarraitzen duen norbaiten berri irakurri edo entzun dezakezu, baina gutxi dira ahalegin hain iraunkorra egiten dutenak.

Hala ere, pertsona batek ahalegina egin dezake bere egoera hobera aldatu arte, nahiz eta bere akatsak itsasoa bezain sakonak izan.

**Bakarrik zeharkatu nuen ozeanoaren kostaldea
Eta olatuen talka ikusi nuen zarata handi batean orro egiten**

Zure bizitza nahasia itsasgoraren erdian adierazten

**Hedapen beldurgarri eta bortitza
Naturaren amorru izugarritik dardarka jarri eta urrundu egin ninduen**

Ingurura begira nengoela, itzalpeko zuhaitz bat ikusi nuen beso atseginak astinduz niri

**Begirada atsegin eta sublime batekin lasaitzen
Bere hostoak haizearen erritmoan kulunkatzen
ziren**

**Mezu leun bat helarazi zidaten, zuregandik
zeturrela banekien**

**Nire begirada zeru mugagaberantz zuzendu nuen
Eta bere bihotz ilunduan, haur bat bezala saiatsu
nintzen zuri begirada bat lapurtzen**

**Alferrik bilatu nuen zure gorputza hodei-muinoen
atzean ezkutatuta**

**Eta apar eta hosto berdeen zipriztina, nire begiek
ikusteko leunegia delako**

**Zure ahotsa nire belarriek entzuteko garbiegia da
Hala ere, banekien oso gertu zeundela**

**Baina zu, arima maitea, ihes egiten ari zinen -
ezkutatzeko eta bilatzeko joko batean bezala -**

**Zuregana hurbiltzen naizen bakoitzean,
harrapatzen saiatzen naiz**

**Bilatu zaitut eta zureganako bidea bilatu dut
Denbora bera bezain zaharra den ezjakintasuna
ezkutatuz**

**Azkenean, etsipen eta itxaropenik gabe zure bila
utzi nuen**

**Ai zu, zure jazarleei ihes egiten trebea zarena!
Espazioko labirintoetan galdu naiz**

**Non ez dagoen zu harrapatzeko edo zure
aurpegira begiratzeko itxaropenik**

**Eta presaka alde egin nuen zuregandik, eta ez zen
erantzunik izan itsaso haserreak!**

**Zuhaitz onetik xuxurlatzen direnak besterik ez
Eta isiltasuna espazio infinitutik**

**Haran sakonetatik eta mendi tontorretatik
Honek guztiak nire izatearen sakonenera mindu
nau**

**Sentimenduak mindu dizkioten haur bat bezala,
desagertu egin nintzen eta zu bilatzeari utzi nion
Baina bat-batean eta ustekabean
Esku ikusezin batek luzatu eta belo lodia kendu
zuen**

**Nork ezkutatu zaitu niregandik mendeetan eta
mendeetan**

Plazer handienarekin.

**Buelta eman eta itsaso barregarri bat ikusi nuen,
ez orro haserre bat**

Eta mundu zoriontsu bat

**Eta ate etereoak irekitzen dira, eta bertatik
igarotzen da ametsen lainoa**

**Eta nire ondoan izaki maite eta ikusezin bat
zegoen**

**Gozotasun eta garbitasun goreneko xuxurlatu
zidan:**

**"Ongi etorri, ongi etorri! Etorri nahi zenuen,
beraz, hemen nago!"**

Betikotasunetik xuxurlatzen direnak

**Jainkoari eskerrak emateak maitatzea esan nahi
duelako**

Harengana hurbildu eta ezagutu nahi dugu

**Opari eta opari guztien jainkozko emaile
eskuzabalena delako**

**Familia global maitekor gisa harmonian eta
adostasunean bizitzea esan nahi du.**

**Elkarrekiko zerbitzuaren eta besteekiko
adiskidetasun-kezkaren ideiek motibatzen gaituzte**

**Eta konturatzea Jainkoa dela mundu honetako
agintari gorena**

**Eta kontzientzia trinkotik sotilera pizteko lan
egiten dugula**

**Eta pentsamendu mugatutik interes estu eta
berekoietara**

**Giza errukiaren zirkulua zabaltzeko
Eta ontasunaren maitasunak eta altruismo
espirituak menderatutako mundu bat eraikitzen lan
egiteko**

**Horrela, Jainkoari eskerrak eman diezazkiokegu
Berak eman digun bizitza honengatik
Eta eman zigun aukerari buruz
Benetako edertasuna probatzeko
Eta benetako bakea
maitasun espirituala
Eta poztasun hutsa.
Jainkoa bihotzez, gogoz eta arimarekin maite
badugu**

**Horrela, altxor espiritual iraungiezin bat pilatzen
ari gara geure buruentzat**

**Bizitza honetan behar dugun guztia dugula
ziurtatzen dugu**

**Askok Jainkoaz hitz egin dute
Asko harrituta geratu ziren haren maisulanekin
Askok irakurri dute berari buruz
Baina haren presentzia bizi izan zutenek
Eta haren gozotasuna dastatu dutenak gutxi dira
Hauek dira hura ezagutzen dutenak
Jainkoa ezagutzen dugunean, bizitza gozoa da
Bizitza poz eta itxaropen distiratsuz beteta dago
Bihotzak Jainkoari esker onez bete daitezela
Bere mesede izugarriak izan arren
Eta bere bedeinkazio ugariak
Gizaki oro bitartekari izan daiteke
Magnetismo espirituala dario bertatik
Baina desio berekoiak
Eta mendekuaren maitasuna
eta gorrotoa
Defizitaren konposatuak**

**Horiek guztiek magnetismo edo indar horren
fluxua mugatzen dute**

**Akatsa da bere fluxua oztopatzea edo eragozte
Oreka psikologikoak magnetismoa agerian uzten
laguntzen du**

**Norbait jatorra eta atsegina denean
Magnetismoa erakusten du.
Meditazioa da zeinaren bidez egiten den
Gure baitako botere bedeinkatuak aurki ditzakegu
Jainkoaren maitasunez bihotza betetzen denean
Eta begiak bere argiz beteta daude
Magnetismoa izaera espiritual bihurtzen da
Magnetismo espiritualaren eta bestearen artean
alde handia dago.**

**Eragin sublimekoa.
Animalien magnetismoa
Pasioek eta senek bultzatuta
Garrantzitsua da bi magnetismo mota hauek
bereiztea**

**Magnetismo espirituala altruismoan eta besteei
onura ematean oinarritzen da**

**Animalien magnetismoa berekoikeriak eta
besteen esplotazioak bultzatzen dute
Pertsona batek ez luke beldurrik izan behar
Beldurra bera izan ezik
Arrakastaren eta osasunaren etsai handiena
delako**

**Burua pozoitzen du.
Eta beldur diren gauzak ekartzen ditu
Mina areagotzen du.
Eta bihotza suntsitzen du
Nerbio-sistemari eta garuneari kalteak eragiten
dizkio**

**Beraz, ezabatu egin behar da
Jainkoarengan sinetsiz.**

**Pentsamendu positiboa eta sortzailea
Optimismoa eta itxaropena.
Jainkozko babesean konfiantza izan
Eta Jainkoa maite duenak
Eta Bere argitan ibiltzen da
Beldurraren iluntasunak ezin du gainditu
Jainkoa berarekin dagoelako.
Jainkoa berarekin duena esku onetan dago
bizitza orekatua
Jakinduria edukitzean oinarritzen da
eta barne-indarrak garatzen
Kontzentrazio trebetasunak garatuz.
Eta askatasun intelektualak edukitzea
Eta eragin negatiboak uxatzeko gaitasuna
Eta kontzientziaren geruzetan sartzen ez uztea
Arimaren zerua eta ikuspegiaren argia ez
daitezen ilundu
Printzipio moral eta etikoen arabera bizitzea
Kausa eta efektuaren legearen ulermen zuzena
Eta erre ekintza txarren haziak
Hausnarketa sakonaren eta erreguaren suarekin
Eta etorkizun espiritual zoriontsu baten oinarriak
ezartzen
Asmo onekin.
Ekintza onak
Pentsamendu logiko sendo eta garbia
Otoitza dizipuluentzat
Duela hirurogeita hamar urte, Paramahansa
irakasleak otoitz hau idatzi zuen
Bertan, jainkozko grazia, laguntza eta gidaritza
eskatzen die bila dabiltzan guztiei.
Esnatze espiritualaren bideetan
Jauna, lagundu iezadazu zu gogoratzen neure
burua baino gehiago**

**Eta izan zaitez errege handiena, nire bihotzean
tronuan jarrita**

**Bedeinka itzazu niregana datozen guztiak
Nire desio bakarra haientzat zure bedeinkapena
sentitzea eta zure maitasuna bizitzea da.**

Nire bizitza zara.

**Eta zu zara nire maitasuna
Zu zara nire altxorra eta nire babeslekua
existentzian**

**Eta zuri nire leialtasun irmoa zin egiten dizut
Zure maitasunaren argia distira dezala nire
irriken aldarean**

**Eta zureganako maitasuna esnatzeko bihotz
hartzaile guztietan**

**Borondatea, erabakitasuna eta indarra eman
dizkidazu**

**Zure irrikan dauden arimak ekar ditzadan
Nire anai-arreben arimak, jatorri desberdinak izan
arren**

**Egin nazazu bitartekari garden
Zure ezagutzaren argia isur dadila haien
bihotzetan**

**Eta uxatzen ditu atsekabeen, beldurren eta
kezken itzalak**

**Bihotz-bihotzez nire eskerrik beroenak eta esker
ona adierazten dizut**

**Zure presentzia osoarekin nire bizitza bedeinkatu
duzulako**

**Lagundu iezadazu zure mezua zabaltzen
Maitasun, bake eta ontasun mezua
Ez dut neure burua goraipatu nahi, baizik eta zu
goraipatu nahi zaitut**

**Utzi inspirazioa nire hitzen eta idazkien atzean
Nire ahotsaren eta hitzen bibrazioek zure
inspirazioa helarazi dezaten**

**Eta zure indarra nire borondatetik eta
erabakitasunetik isur dadin**

**Nire desiorik handiena zure faboreaz bedeinkatua
izatea eta zure nahia betetzea da.**

**Niregana datozen ikertzaile guztiak
Arima onen sorta gisa aurkezten dizkizuet
Zure graziaz busti itzazu
Eta bete itzazu zure bakeaz
Eta nire bizitzako azken kapitulu honetan
Nire urratsen gidari bakarra izatea eskatzen dizut
Eta nire pentsamenduentzako inspirazio
sokratuena**

**Nire anbizio gorena izan dadila
Jendearen gogoak eta bihotzak zuregana
bideratzea**

**Dizipuluak kalte guztietatik babesteko eskatzen
dizut**

**Eta eman iezaiezu edaten zure ur bizien
iturburuetatik**

**Eta zaintzen eta babesten ditu
Esnatzean, loaldian eta ametsetan
Eta zure ardurak lagun diezaieke edonora
daudenean**

**orain
Leku eta garai guztietan
Paramhansa Yogananda jakintsuaren esanetatik
Jendeak bizitzako gauza batzuk uztearen ideiaz
kexatzen da**

**Gauza baliotsu askori uko egiten ari diren arren
Beren kezka nagusien artean lasaitasuna dago;
batzuetan beren burua sakrifikatzen dute**

**Diru galkor eta iragankorrerako
Aberastasuna pertsona bati kendu diezaiokegu
edo mundua utziz kendu diezaiokegu.**

Ezin du berarekin eraman

**Diruaren benetako balio bakarra gauza
onuragarrietan gastatzea da**

**Eta norberari eta besteei zoriona ekartzean,
Jainkoa eta norberaren kontzientzia atsegin dituen
moduan**

**Beren segurtasunean eta erosotasunean bakarrik
pentsatzen dutenak**

**Besteen beharrak ahaztea edo alde batera uztea
Egia esan, pobreziarekin jolasean ari dira
Zein izango den haiena egunen batean
Aberastasunari heltzen diotenak, lan onetarako
erabili beharrean**

**Ez dute oparotasunik ekartzen hurrengo bizitzan
Horren ordeztu, pobre jaiotzen dira, aberatsen nahi
eta irrika guztiekin**

**Beren aberastasuna eta oparotasuna besteekin
partekatzen dituztenei dagokienez**

**Zorte ona eta ugaritasuna erakartzen dituzte
doazen lekura joaten direnean**

**Borondatez merezi dutenei ematen diezunean
Jainkoa beti zurekin dagoela ikusiko duzu
Ez zaitu inoiz utziko.**

**Bere laguntza eta zaintzarekin, ez duzu ezer
behar izango**

**Jarri zure konfiantza Jainkoarengan, eta haren
laguntza etorriko zaizu eta haren zaintza inguratuko
zaitu**

**Ez dugu ahaztu behar gure bizitzak zuzenean
Jainkoarengandik datozela**

**Gure gogoak, gure borondateak eta gure
jarduerak konturatzen garenean**

**Jainkoarengandik datoz denak eta Harengandik
hartzen dute indarra**

**Orduan, berarengandik zuzeneko gidaritza jasoko
dugu**

Gure bizitza haren bizitza infinituarekin bat dela konturatuko gara

Mundua ekaitz natural eta gizakiak eragindakoez gainezka dago, eta Jainkoa da mundu honetako ekaitz, urakan eta gaitzetatik babesten gaituen babesleku eta babesleku segurua.

Jainkoa dagoen lekuan, ez dago beldurrik edo atsekaberik. Benetako sinestuna irmo eta erabakitasunez mantentzen da bizitzako borroketan eta gertaeren probetan, Jainkoa berarekin dagoela ziur, kalteetatik babesten duela eta une batez ere ez duela abandonatzen. Horrela, beldurra desagertzen da bere bihotzetik, eta babesaren ziurtasun irmoa errotzen da.

Beldurrik gabe egoteak Jainkoarengan eta haren babesean fedea izatea eta haren justizian, jakindurian, errukian, maitasunean eta nonahi egotean sinestea esan nahi du.

Beldurrak pertsona baten indar psikologikoa kentzen du, adimena lainotzen du eta bihotzaren erritmo naturalak kaltetzen ditu. Gainera, beldurrak asaldura fisikoak sortzen ditu eta gaixotasun psikologikoak sor ditzake.

Antsietateari eta itxialdi psikologikoari amore eman beharrean, pertsonak ziurtatu beharko luke bere burua Jainkoaren babespean seguru dagoela, Dena Ikusten duenaren eta Dena Entzuten duenaren babespean, Bere gotorleku menderaezinean seguru, eta Bere erruki eta zaintzaz inguratuta dagoela.

Afrikako oihanetan, gudu-zelaian, gaixotasun edo pobreziaz jota dagoen pertsona bat konbentzitu behar du bere burua Jainkoaren eskua arriskua baino indartsuagoa dela eta harengan babesa bilatzen dutenak babesteko gai dela.

Ez dago norbera babesteko modu eraginkorragorik. Noski, logika erabili behar da gertaerei aurre egiteko, aldi berean jainkozko laguntzan konfiantza osoa jarritz. Fedeak ez du inoiz esan nahi arduragabea izatea edo zentzugabe jokatzeko egoeren aurrean. Aitzitik, gertatzen dena gertatzen dela ere, ziurtatu behar da Jainkoa bakarrik dela gai garai zailetan laguntzeko, baldin eta bihotz, arima eta zentzumen guztiekin jotzen badiogu Harengana.

Bizitza iluntasunean inguratuta dago, eta batzuetan oinak zalantzan jartzen dira aurrera egiteko. Jainkoaren argia izan behar dugu gure gidarilanpara bizitzaren bide ilunetan ibiltzen garenean. Bera da ilbetea ezjakintasunaren eta iluntasunaren gauetan, distira-eguzkia esnatzeko orduetan, gidaritzaz-argia eta Ipar Izarra lurreko iluntasun iheskorreko itsasoetan zehar dabilzanentzat.

Arazoak munduan jarraituko dute, beraz, nora jo daiteke gidaritzaz eta norabide bila? Norberaren pentsamenduek, ohiturek, aurreiritziek, aurreiritziek eta joerak eraginda, ez dute ezertarako balio, eta norberaren ingurunearen, familiaren, herrialdearen edo munduaren eraginek ez dute gai gidaritzaz egokia emateko.

Beraz, Jainkoarengana jo behar da eta arimaren sakonetik datorren ahots lasai eta baketsua entzun, egiarekin harmonian.

Buruko hausnarketaren eta introspekzio espiritualaren arteko aldea

Pertsona batek bere burua ezagutza teorikoarekin programatzen badu

**Grabaketa gailu eramangarri bihurtuko da
Esaera zaharrak errepikatzen ditu eta esaldi harroak esaten ditu**

**Beste batzuek jakintsutzat hartzen dute
Baina halako ezagutza
Ez da egiaren pertzepzio zuzen batek indartzen
Eta ez dago lorpen espiritualik horrekin alderatu
ezin daitekeenik**

**Hezkuntza edo intelektualizazio mota hau
"Egoa" zentzumen-adimenari lotuta jarraitzen du
Zeina bera zentzumen fisikoek mugatzen duten
Ezagutza teorikoak ezin du jainkozko ezagutza
lortu**

**Gomendagarria da norberaren denbora preziatua
ez galtzea**

**Errealitatean aplikatu ezin diren teorietan
oinarrituta**

**Bestela, oihan intelektual trinko baten erdian
aurkituko du bere burua.**

**Teorien esparrua gainditu ezinik
Prozesu honek ez du egia ezagutzera eramango
Egia iritzi eta teorien atzean dagoelako
Ikuspegi hau hartzen duten askok
Beren ondorio subjektiboek lotzen dituzte
Pertsona batek bere gaitasun mentalak erabiltzen
baditu**

**Dirua eta gauza materialak irabazteko, besterik
ez**

**Bere kontzientzia mundu fisikora erakarriko da
Konplikazio amaigabeetan korapilatzen da
Horregatik, jakintsuek diote
Pertsona batek ez luke bere gaitasun mental
guztiak erabili behar**

**Jainkoak eman zion gauza iragankorrak bilatzeko
Bestela, materiaren labirintoan galduko da
Beretzat behar ez dituen murrizketak eta mugak
sortzen ditu**

**Beraz, bere gaitasun mentalak erabili beharko
lituzke**

**Bizitzeko beharrezkoak diren gauzak lortzean
Eta bere ezaugarri moralak garatzen ahalegintzen
Ongia eta okerra, kaltegarria eta onuragarria
bereizteko**

**Eta bere ikuspegi espiritualak garatzen duenean
Jainkoa bere baitan sentitzeko gai izango da
Eta egia espiritualen ziurtasuna
Materia trinkoaren beloen atzean ezkutatuta
Egoera horri introspekzio espiritualak deitzen zaio
Hazkunde espiritualaren elementu
garrantzitsuenetako bat**

**Jainkoari pentsamenduak xuxurlatzeko ohitura da
Aldaketa positibo zoragarri baten lekuko izango
zara pertsonalki**

**Erabat maite izango duzu
Gure kezkak edozein direla ere
Jainkoak lehen lekua hartu behar du gure bizitzan
Pertsona batek ikuskizun bat ikusi nahi duenean
Edo arropa berria edo auto berri bat erostea
Ez al da egia bere burua etengabe kezkatuta
dagoela?**

**Gai horiei dagokienez eta nola lortu edo lortu?
Ez du atsedunik hartuko bere nahiak bete arte
Aitzitik, nekaezin lanean jarraitzen du desio
horiek betetzeko**

**Beraz, giza adimena Jainkoaz pentsatzeaz
arduratu beharko litzateke**

**Eta orduan, desio txikiago eta txikiagoak
eraldatuko dira**

**Jainkoa sentitzeko eta Harekin komunikatzeko
gogo bizia**

**Buruak Jainkoari bihotzeko eta sutsuko xuxurla
bat xuxurlatzen dionean**

**Arima irrikatsu baten sakonetik irteten
Arimaren deiak bihotz kosmikoa ukituko du
Eta erantzuna etorriko da, eta harekin batera poz
handia**

**Xuxurla intelektualak borondate-indarra lantzen
du**

**Nahi duzun helburua lortzeko nahikoa indar izan
arte**

**Pertsona baten gogo eta borondatea
Jainkoarekin bat datozenean**

**Mugarik gabeko botereaz kargatuta daude
Beraz, zerbaitetan pentsatzea nahikoa da hura
lortzeko**

**Jainkozko legeak nahi gorenarekin bat datozenen
alde egiten duelako**

**Nire bizitzako lorpen bikain guztiak
Jainkoarekin harmonian dagoen gogoaren
boterearen bidez lortua**

**Jainkozko sorgailua martxan dagoenean
Nahi dudana guztia egia bihurtzen da,
salbuespenik gabe**

**Lehenik eta behin, diseinu etereo eta ikusezin
gisa agertzen da**

**Orduan, indar eutsiezinarekin gauzatzen da
lurrean**

Hazkundearen sekretua.

**Bizi dugun esperientzia bakoitzaren bidez hazten
gara, baldin eta horietatik ikasgai baliotsuak ikas
ditzakegula konturatzen bagara. Izan ere, bizi dugun
min eta sufrimendu guztiak esanahia eta helburua du.**

**Proben gogortasuna gorabehera, burdin mea
urtzen duen sua bezalakoak dira, altzairu eder,
iraunkor eta moldakor bihurtzen duena.**

**Eta proben su bizien bidez ateratzen dugun
jakinduriaren altzairua gauza zoragarria da. Izan ere,**

bizitzak gure oinarrizko metalak elementu preziatuetan eraldatuz arazten gaitu, bizitza honetan bitxiak bezain garbiak, altzairua bezain gogorak eta, aldi berean, malguak eta tolesgarriak izan gaitezen, zailtasunen eta proba zailen presiopean hausteko arriskuan egon gabe.

Haserreak desitxuratutako, basakeriak orbaindutako aurpegiak ikusten ditugunean, haien ikusmenak itsuskeria gure arimetatik uxatzeko irrika pizten digu; arima hori asmo gaiztoetatik eta gure baitako jainkozko irudi bedeinkatua lausotzen duten gorroto sakonetatik kanpo geratzen da, kedarrak ispilu bat zikintzen duen bezala. Besteen ekintza mingarriek gure portaera hobetzeko eta geure burua kontrolatzeko gogoak piztu beharko lukete gudan, gure pasio menderaezinen nagusi izan gaitezen, eta ez haien esklabo.

Hitz atseginak erremedio zoragarria dira gaitz askotarako, indar magnetiko indartsua, ia magikoa baitute, bedeinkapen eta oparotasun ugari ekartzen dizkiena hizlariari. Hitz lasaigarri eta leunak erabiltzen dituztenek korronte sotil bat sentitzen dute etenik gabe zeharkatzen, lasaitasun ugariz betetzen direlarik. Hau da, korronte hori bere iturri altuagoarekin konektatuta dagoelako, etengabe isurtzen dena eta etengabe arimetara iristen dena harekin harmonian. Orduan, zoriontasun-fluxu hori bakea irrikatzen duten arimek transmititu ahal izango diete.

Egunero, pertsona batek ispiluan begiratzen du bere aurpegia ikusteko, besteen aurrean bere onenean agertu nahi duelako. Zenbat eta garrantzitsuagoa da, orduan, egunero bere buruarekin egotea eta barne-analisiaren ispiluan begiratzea, azaleko itxura distiratsuen atzean zer

dagoen aurkitzeko? Kanpotik erakargarria den guztiak barne-niregandik datorrelako bere xarma. Eta ezerk ezin du arimaren ispilua zikindu. Purutasuna haserrea, erresumina, inbidia eta gorrotoa bezalako distortsio psikologikoen antzekoa da. Arimaren izaeratik arrotzak diren konposatu horietatik askatzen saiatzen den edonork barne-edertasunaren argia irradiatuko du barrutik eta arima lasaia duen pertsonak sentitzen duena dastatuko du.

Analisiaren bidez, giza arazoak hirukoitzak direla deskubritzen dugu: giza gorputzari erasotzen dioten arazoak eta nahasteak daude, beste batzuk adimenari erasotzen diotenak, eta hirugarren kategoria bat arimaren bideak blokeatzen dituena.

Gaixotasuna, zahartzaroa eta heriotza dira gorputzak aurkitzen dituen zailtasunak eta oztopoak. Gaixotasun psikologikoak, ordea, gogoan inbaditzen dute tristuraren, beldurraren, haserrearen, erreprimitutako desioen, erresuminaren, gorrotoaren, obsesio emozionalen, sukarrez betetako nerbio-agitazioaren eta gaitasun mentalak paralizatzen dituen minbizi psikologikoaren bidez. Gaixotasun arriskutsuena, ordea, arimaren gaixotasuna da, ezjakintasunean agertzen dena, eta hortik sortzen eta hedatzen dira beste gaixotasun guztiak.

**Gizaki unibertsala
Paramhansa maisuaren irakaspenek inspiratuta
Itsaso bereizgarrien zehar
Existentziaren txoko urrun batean
Gizaki kosmikoa agertu zitzaidan
Distira oparoarekin.
Eguzkiaren irteera eta distira imitatzen ditu
Bere etxea baso birjinen bihotzean zegoen
Jakinduriaren urrezko larreetan paseatzen ikusi
nuen**

Gaztetasunaren bizitasunarekin.

Eta haurren poza.

Ilberriaren distira magikoaz amesten du

Etxe ugarien artean mugitzen da

Arintasunez eta bizkortasunez azaleratzen da

Mende eta aroen ateetatik

Une batez forma arraroa agertu zen

Orduan desagertu zen.

Orduan berriro agertu zen

Desagertzeari eta desagertzeari aurre egitea

Zeru infinituen eterra bezala harribitxiz apaindua

Eta zuzi asko distiratzen ziren bere aurpegitik

Irrikaren istorioak kontatzen dira

Eta sentimendu erretzaileak

Eta gaztetasunaren edertasuna

Eta gazteentzako maitasun hutsa

Fede distiratsuaren txinpartak zerizkion

begietatik

Eta itxaropen konfiantzazko distira arrosa bat

Eta begiak itsutzen dituen tximista

Sendotasunagatik eta gaitasunagatik

Unibertsoaren bazterrak argitzen ditu

Bere irismena izar urrunen etaraino iristen da

Zer aintza ulertezina!

Zure bihotz ozeanikotik irteten, oi gizaki kosmiko

Zure itxura eder eta distiratsuari begira egon naiz

luzaroan

Luzapen eta sekretu amaigabeak ikusi nituen

Giza espiritua agerian ikusten nuen bezala izan

zen

Bere handitasun eta handitasun osoan

Ekialde-Mendebalde Aldizkaria

Munduan ongia gaizkia baino gehiago dago

Zalantzak sortzen zaizkigunean, pertsona handien bizitzak gogoratu beharko genituzke. Egia da gizakiak garela, baina Jainkoak gutxitan erabiltzen ditugun botere apartekoak eman dizkigu, beraz, zergatik dardarka egon zahartzaroaren, gaixotasunaren eta atsekabearen beldurrez?

Gorputza zaintzeko ahal duguna egin behar dugu, baina ez dugu beldurrei amore eman behar edo ezjakintasunaren piloen azpian lurperatu behar. Gorputza ez da pertsona osoa.

Mundu honetan ongiak gaizkia gainditzen du, Jainkoa baita botere gorena. Baina gaizkia gertatzen zaigunean, uste dugu ez dugula botererik hura kontrolatzeko edo haren atzaparretatik ihes egiteko.

Gaizkiaren ekaitzak etorriko dira nahitaez, baina haien ondorioak gainditu eta haien gainetik altxa gaitezke

Ez ziguten bizitza eman suntsitzeko, baizik eta betikotasunaren kontzientzia txertatzeko, eta egia hau gogoratu behar dugu.

Pentsamendu askatasunik gabe, ezin da norbera modu garbi, espontaneo eta naturalean adierazi. Gogoratu funtsean libre zarela. Borondatearen indarra beti da librea.

Zure borondate-indarra behar bezala erabiltzen baduzu, karma berria sortuko dizu, baina jende gehienak ez du aldatu edo ahaleginik egin nahi, beraz, zailtasunen aurrean erortzen dira eta ez dira gai erronkei aurre egiteko.

Pertsona batek nahi duena egitea ez da askatasuna, bere desioek lotzen baitute, eta beraz, bere ekintzek ezin dute askatasun deitu inola ere.

Benetako askatasunak jakinduriak gidatutako borondatearekin dena egitea esan nahi du. Pertsona batek bere iraganeko ekintzen ondorioak kontrola ditzake, eta hauek ezinbestean etorriko zaizkio, bere borondatea aktibatzen badu eta ekintza on eta onuragarrietarako erabiltzen badu.

Zure gaiak arrazoiz eta borondatez eramaten badituzu, iraganeko gaiztakerien indarrak ahulduko dira eta zure ohitura onak indartuko dira.

Ohitura errotuek esklabo bihurtzen gaituzte nolabait, eta beraz, ez gara benetako askatasunean bizi

Etengabe desiratzen dugu falta zaiguna eta ezinbestekoak ez diren gauzei atxikitzen gara Zerbaitek gugana iristen denean, aldi baterako galtzen dugu gure borondate askea Ekialdekoak antzinako ohituren esklabo diren bezala, mendebaldekoak ere ohitura modernoan esklabo dira Geure patua sortzen dugu eta haren esklabo bihurtzen gara

Zergatik jaiotzen da haur bat familia gaizto batean eta beste bat familia on batean? Bakoitzak bere askatasuna erabili zuen iraganean (aurreko bizitza batean) modu jakin batean bizitzeko eta, horrela, egoera horiek ekarri zizkioten bizitza honetan.

Jainkorik gabe ez dago benetako askatasunik Berarengan etengabe pentsatu behar dugu Gure

**kezkak eta pentsamenduak edozein direla ere,
Jainkoak lehen lekua izan behar du gure bihotzetan**

**Eta Harekin benetan lerrokatzen garenean,
edozein unetan, haren jainkozko laguntzarekin, lortu
behar duguna lortzeko gaitasuna emango zaigu.**

Ikaslearentzako aholkuak.

Ikasle batek Paramhansa irakasleari galdetu zion

**Auto-garapenerako aholku batzuk emateko, esan
zuen**

Maitatua izan nahi baduzu

Hasi zure maitasuna behar dutenak maitatzen

Eta besteengandik espero baduzu

Zurekin leial eta fidela izateko

Izan zaitez zintzoa eta leial haiekin

**Eta nahi baduzu besteek ez jokatzeari gaiztakeriaz
eta maltzurki**

Ez utzi engainua zure pentsamenduetan sartzen

Ez jokatu besteei kalte egiten dien moduan

Besteek zurekin sinpatia izatea nahi baduzu

Hasi haiei errukia erakusten

Batez ere zure ingurukoei dagokienez

Besteek errespetatzea nahi baduzu

**Errespetua erakutsi behar diezu bai gazteei bai
helduei**

Besteengandik bakea nahi baduzu

**Harmoniazko bizitza bat bizi behar duzu
Jendea erlijiosoa izan dadin nahi baduzu
Izan zaitez ausart eta utzi besteei sentitzen
Eredu ona zara eta zugar fidatu eta fidatu
daitezke.**

**Laburbilduz, besteek erakutsi nahi duzun guztia
Onaren abantailetako bat
Erakutsi zure bizitzan lehenik
Jendeak modu berean erreakzionatzen dizula
ikusiko duzu**

**Beharrezko eremuak identifikatu ahal badituzu
Zure bizitza garatzeko eta hobetzeko
Etsipenik sentitu edo gutxiagotasun konplexurik
garatu gabe**

**Eta zure nortasuna hobetzeko etengabe lan
egiten baduzu**

**Orduan, ematen duzun denbora mereziago eta
onuragarriagoa izango da**

**Zer gertatuko litzateke desioetan gastatzen
baduzu?**

**Jendeak bere burua hobetzea
Zure adibide ona eta ikuspegi sendoa
Besteak aldatzeko gaitasun handiagoa
Zure nahi hutsetatik, zure haserretik eta zure
hitzetatik**

**Kashmir zenbatu ezin den
Gauza on guztien iturria zara
Eta botere guztien iturria
Bedeinka gaitzazu, Jauna
Zure bedeinkapenak guregan erakutsi ahal
izateko**

**Gure osasunean.
eta gure nahi intelektualak
Gure adierazpen espiritualetan
Izarretan distira zara
Atomoetako energia
Eta bihotzetan adeitasuna
Edertasuna zintzotasunean datza
Handitasuna zintzotasunean datza
Lagundu iezaguzu geure burua kargatzen
Zure botere gorenaren bidez
Zure jakinduria infinituarekin
Eta zure benetakotasun mugagabearekin
Osasun iturria zarela aitortu dezagun
eta bizitzaren ingurunea
Eta ulermen eta ezagutza guztien iturria
Askatu gaitzazu ezjakintasunetik eta haren
ondorioetatik**

Beldur eta kezkaz.

Zure jakinduriaren uholdeak eraman dezala

Gure bizitzaren hondakin eta hondamen guztiak

**Urratu zure aurpegia guregandik ezkututzen
duten beloak**

Argi oso distiratsu batekin ikus zaitzagun

Eguzki ugari gure bizitzaren horizontean

**Senti dezagun etengabe berritzen ari den indar
gisa**

Gure ideiek inspiratzen dute

Eta gure arimak elikatu

Gure gorputzak elikatzen dira

Eta gure ametsak egia bihurtzen dira

Amen

Jende gehienak ez daki zergatik

Lur honetan duten presentziatik

Bizitzaren helburua dela uste dute

Desioen betetzea da.

Bizitzeko beharrezkoak diren gauzak lortzea

Plazerra eta giza maitasuna bilatzen

Eta amore eman azken deitzaileari azkenean

Jendeak bere bizitza hasten du

Joera espezifikoak dituzten programatzaileak

Eta iraganean bete ez ziren nahiak
-geratzen zaien borondate apur horrekin-
Beste baten nahiak eta ekintzak imitatzea
Enpresariekin nahasten badira
Haiei antzeko bihurtu nahi dute
Eta artistekin elkartzen badira
Artearen dena bihurtzen da haienentzat
Jainkoak mundu honetan praktikak izatea nahi
du

Asetzeko lan egitera behartzen gaituen gosea
eman digu

Baina janari eta aterpe bilaketa
Dirua eta ondasunak, besterik ez
Horrek esan nahi du pertsona batek bere
zoriontasunaren iturria ahazten duela

Egia da lan egin behar dugula
Gure beharrak lortzeko
Eta gure helburu legítimoak lortzen ahalegintzen
garela

Baina lehenik eta behin
Gure bihotzak Jainkoari irekitzeko
Bere gidaritza eta onespina eskatzen dugu egiten
dugun guztian

Orduan, bizitzaren eskolan arrakasta izan behar
dugu

Gure argibideak jasoko ditugulako

Kudeatzaile eta Desaktibo Handiarengandik

Zer behar dugun dakiena

Zer da onena guretzat?

Beraz, gure konfiantza jarri behar dugu harengan

Bere nahi jakintsuaren menpe gaude

**Paramahansa irakasleari bere dizipuluengandik
idatzitako gutunak**

**Zuregana egindako bisitaren oroitzapena oraindik
irauten du**

Inner Culture aldizkariaren XIV . liburukian

**Egileek herrialde ezberdinetatik bidalitako
gutunak**

Bertatik honako hau aipatzen dugu:

**Jakinarazi nahi dizut zure irakaspenen irakurketa
sakonaren bidez**

Argitasun espirituala jaso nuen

Beti bilatu izan dudana

**Zure irakaspenek zoriontasunaren ateak ireki
dizkidate**

*** * ***

**Zure baieztapen espiritualak egunero
praktikatzen ditut**

**Pentsamendu negatiboak pixkanaka gutxitzen
direla iruditzen zait**

Beldurrak desagertu egin dira

Nire bizitzako une oro gozatzen dut

Eskerrik asko zure laguntzagatik.

*** * ***

Bedeinkapen asko jasotzen ditut

Zure irakaspen espiritualetatik

Zure gogoetak irakurtzeko irrikitan nago

Nire bizitzan aplikatzen saiatzen naiz

Zure irakaspenak ederrak eta onuragarriak dira

*** * ***

Zure filosofia zoragarrian aurkitzen dut

Zerk pizten du miresmena eta inspirazioa

Nire eskerrik beroena eman didazun guztiagatik

Laguntzatik eta erosotasun psikologikotik

*** * ***

Astero jasoko dudala sentsazio izugarria dut

Zure irakaspenetatik ikasgai berri bati buruz

**Gozamena eta argitasuna aurkitzen ditut ikasgai
guztietan**

*** * ***

Eskerrik asko bihotz-bihotzez

Nire barnekoa ulertzen laguntzeko

**Eta nire baitan dauden botere ezkutuen berri
emateko**

**Eta Jainkoaren argia nire ikuspegiari erakusteko
Zuregandik jaso ditudan irakaspenen bidez**

*** * ***

**Oraindik gogoratzen dut zuregana egindako bisita
Lau urtez bizi izan da nire pentsamenduetan**

**Oraindik gogoratzen dut Jainkoarenganako fede
osoa zenuen**

Eta zure gizateriarekiko maitasuna

Neure burua ezagutzen lagundu zidan

Bakarrik nengoela uste nuenean

**Ez dut lagunik eta ez dut nirekin sinpatia duen
inor**

Autokonfiantza eman zidan eta morala igo zidan

**Bizitzako egoerei aurre egiteko ausarta izatera
bultzatu ninduen**

*** * ***

Berrogei urtez.

Zientzia eta ezagutzaren hainbat adar ikasi nituen

Baina ez dut ezer lortu ikasketa guzti horretatik

**Zure irakaspenetatik ikasi dudanaren pareko
zerbaitetan**

*** * ***

**Asko etekina ateratzen diot zure irakaspenak
irakurtzeak**

Jende kopuru handiagoa bada

Zure ideiak aztertu eta gauzatzen dituzte

Bizi garen mundua izango litzateke

Hobea dena baino.

*** * ***

Bihotz-bihotzez eskerrak eman nahi dizkizut

Nire bizitzara etorri diren bedeinkapenengatik

**Zure irakaspenak arretaz eta arretaz irakurtzen
hasi nintzenetik**

**Eskerrik asko, eta Jainkoak bedeinka ditzala zure
ahalegin zoragarriak**

Eta gizateriari zerbitzatzeko eskainitako zure lana

*** * ***

**Nire arrakastaren alde otoitz egiteko eskatu
nizunetik**

Nire egoera nabarmen hobetu da

**Nire eskerrik beroenak eta otoitz egiten
jarraituko duzuen itxaropena**

*** * ***

Zure azken mezua jaso nuenean

**Zalantzaren baso ilun horretan ibiltzen nintzen
oraindik**

Eta ezin zuen baso hartatik irteteko bidea ikusi

Baina Jainkoari eskerrak, eta zuen otoitz bereziei

**Bidea argiagoa bihurtu zen eta Jainkoarenganako
fedea sendotu egin zen**

Nire egoera alde guztietatik hobetu zen

**Eta mesedez, gogoratu beti nire erantzunak
dituzun otoitzetan**

*** * ***

Zure irakaspenek asko lagundu didate

Eta onura izugarriak lortu nituen horretatik

Eta froga sendoekin frogatu zidaten

**Zure baieztapen espiritualen eta pentsamendu
positiboaren eraginkortasuna**

Esker oneko sentimenduz gainezka nago

**Sentitzen ditudan osasunagatik, pozagatik eta
bakeagatik**

**Meditazioan egunero aurrera egiten ari naizela
sentitzen dut**

*** * ***

**Zure irakaspen zoragarri eta inspiratzaileengatik
ez balitz**

**Nire bizitza lurreko maila honetan oso mugatua
izango zen**

**Eskerrak eman nahi dizkizut zure arreta
bereziagatik**

Azken hiru urteetan eman didana

*** * ***

**Eskerrik asko Kultura Espiritualaren
aldizkariagatik**

**Non egunero aurkitzen dudan bedeinkapena eta
arimaren elikadura**

**Eskerrak ematen dizkiot Jainkoari zu eta zure
irakaspenak aurkeztu zizkidalako**

*** * ***

**Eskerrak eman nahi dizkizuet zuen hileroko
gutunengatik**

Azken mezua inspirazioz beteta iruditu zait

Beraz, literatura klasean nire ikasleei irakurtzeko

Baikor erantzun zioten bere edukiari

Guztiontzat zoriontsu izan zen ekitaldia

**Oso hunkituta geratu nintzen gutunean sartu
zenituen ideiekin**

**Hainbeste ezen nire ikasleekin partekatu nahi
izan nuen**

Mezu honek hausnarketa sakona eragin zuen

Eta arimaren sekretuen barne-ikuskapena

Uste dut arazoak konpontzen lagunduko didala

**Eta bizitzako esperientziei zentzuz eta positiboki
aurre egiteko**

*** * ***

Zure irakaspenak baliotsuak dira

Ez dut zure ikasgai bakar bat ere galdu nahi

Paramahansa irakaslearen hitzaldietatik

Arimaren zoriona hegan doanean

Norberaren sakonean ezkutatuta

Plazer sentsozial laburren geruza lodi bat

Arimaren urrezko distira desagertzen da

Eta arima gardenaren gaitasunak ezkutuan daude

Materialaren dentsitatearen atzean

Norberaren adimena erakartzen denean

Jeloskortasunari eta inbidiari.

Eta beldur eta kezka hodeiek inguratzen dute

Zorigaiztoko eta zorigaiztoko bihurtzen da

Eta indarrik gabe zegoen

Baina arreta bera zuzentzen duenean

Maitasunaren, bakearen eta harmoniaren alde

Oso pozik sentitzen da

Arima zoriontsu sentitzen da

Desira fisikoetatik aldentzen zarenean

Sufrimendu eta miseriarekin nahastuta

Arima garden baten abantailetara

Plazer finduz betea.

Arima guztiz murgilduta badago

Mundu honetako plazer zakarrekin

Ikerketarekiko interesa galtzen du

Plazer gorenei buruz

Eta ezin da arimaren pozak dastatu

Askok argudiatuko lukete

plazer materialak uztea

la ezinezkoa da mundu honetan

Edo jendearekin bizitzean

Haiei ideiak gai material hutsetan oinarritzen

dira

Baina ez da pertsona arruntarentzat beharrezkoa

Mundua utzi eta mendietara eta basoetara joatea

**Bakea eta lasaitasuna aurkitzeko
Aitzitik, mundu honetan egon behar du
Bere korrante indartsuek eramaten utzi gabe
Munduko olatu nahasiek ez dezatela gainezka
egin**

**Ez luke bere inguruarekiko negatiboki jokatu
behar**

Aldi berean

**Ez dio materialismoak itsutzen utzi behar
Bere izaera espiritualarekin lotura ez galtzeko
Zoriontasunaren pozak dastatzeko gai ez da
Eta jainkozko argien lekuko izatea**

.Arimaren altxorak

Paramhansa Yogananda jakintsuaren irakaspenetatik

Mundu hau amets bat besterik ez da

Zinema-aurkezpenean oinarrizko desberdintasunik ez

dagoen bezala

Itsasoaren eta zeruaren artean, bi bibrazio-gradu

desberdin direnak

Horrela da mundu honetan

Tristura, poza, mina, plazerra, beroa eta hotza dira

mundu honetako ametsak

Gaur hemen gaude eta bihar hodeiak bezala jaitsiko

.gara, amets kosmikoko itzal hutsak bezala

Baina irudi iheskor eta efimero honen atzean betiereko

espiritua dago

Gure arimak horren parte dira

Jainkoa da egia bakarra Beti otoitz egin behar dugu

tentazioak ez gailentzeko

Bizitza hura gogoratzeko dugun gaitasuna oztopatzen

duen ezintasun bat da

Horrela otoitz egiten dudanean, beste edozein unetan

baino emaitza gehiago lortzen ditut

Orduan, zerbait larria gertatuko balitz ere, ezingo

ninduke gelditu

Berarengan pentsatzeak seguru eta babestuta
sentiarazten nau bere presentzia santuan
Bizitza hemen antzua eta kaotikoa dirudi segurtasun
kostaldera iritsi arte
Horregatik esaten dut beti hemen nagoela egia
.gorenaren garrantziaren eta aintzaren lekuko izateko
Ez genuke gure itxaropena jarri behar munduko helburu
.iragankorretan eta atxikimendu material hauskorretan
Lotura ahul horiek inkontzienteki urruntzen gaituzte
gure azken helburutik
Gure benetako nortasunetik urruntzen gaituen bezala
Inguruneak ilusioak sortzen dizkie jendearengan eta
bere burua bikaintzat ikusarazten die
Benetako pertsona anbiziotsuak ingurumen-kontzientzia
iragankor eta aldi baterako horren gainetik igo behar du
Bere baitan egia aitortzen du, egia hori bere ingurunea
.bihurtzen delarik
Natura eta bere bizitzan eragin bakarra
Jainkoari eskatzen diogu gidaritza eman diezagun eta
Harengana gidatzeko
Eta mundu hau utzi aurretik hura aurkitzea
Edozein dela ere bizitzen ditugun esperientzien eta
jasaten dugun mina
Ez dugu galdu behar Jainkoaren laguntza gertu
dagoelako itxaropena
Eta bihotzetik sortzen den otoitz oro erantzuten du,
irrikaz betea
Ez ditu maiteak abandonatuko edo patuaren menpe
utziko
.Urrea baino preziatuagoa
Egun batean, ermitau bat mendien artean zebilela,
errekaxo batetik edateko gelditu zen, eta bere begiak urre
puruzko puska solido bat ikusi zuen errekaaren ur garbien
azpian distira egiten zuena. Urrezko ontzia urez bete zuen,

urrezko pieza poltsan sartu zuen, eta gero errepide
.bazterrean eseri zen atsedean hartzeko

Une hartan, gizon gazte bat agertu zen bidean,
nekearen ondorioz arnasestuka. Eremitara hurbildu eta esan
zion: "Ez dut jan gaur eta bidaia luzea daukat aurretik.

"?Baduzu ogi zatirik zure bidaia-lagunari emateko
Eremitauak erantzun zion: "Plazer eta ohore handiz, eta
pozik nago zurekin partekatzeaz dauzkadan ogiak". Gero,
poltsa seinalatu eta esan zion: "Mesedez, hartu eskuragarri
."dagoena

Gazteak ogia poltsatik ateratzen ari zela, urrezko harria
.erori zen, eta ermitauak hartu eta alde batera utzi zuen
Jaten ari ziren bitartean, gazteak urreari begira jarraitu
zuen, miresmenez hitz egiten zion horri buruz, eta ermitau
zoriontzen zuen bere zorte onagatik eta bere harri horiak
ematen zion segurtasunagatik, babesagatik eta
.lasaitasunagatik

Gaztea bere bideari ekiteko jaiki zenean, ermitauak
.irribarre egin eta harria eskuan jarri zion
Gaztea harrituta geratu zen bat-batean bere eskuetan
eroritako aberastasun honekin, eta poz-pozik abiatu zen, ia
.ezeri erreparatu gabe

Baina hala ere, pentsamendu arraroek irauten zuten,
gogaikarri eta kezkatzen zutenak, eta ez zen gai isilarazteko
edo kentzeko. Bat-batean, norabidea aldatu eta
ermitauarengana itzuli zen, bere altxorra bere ongilearen
aurrian jarriz eta, esker onez eta errespetuz betetako
:makurtu batekin agurtu ondoren, esan zion

Badakit zein preziatua den eman didazun harri hau,"
baina uste dut urre hau baino zerbait preziatuagoa duzula,
eta Jainkoaren izenean erregutzen dizut eskuzabala izan
zaitezen nirekin zure arima aberatsean daramazun gauza
"!horrekin, urre hau emateko aukera eman dizun horrekin
Oparotasun garaietan, jendeak Jainkoari eskerrak
ematen dizkio

Bere bedeinkapen ugari eta ugariengatik
Baina giroa ilun bihurtzen denean
Zorte txarra iristen da
Kexak eta haserrea etorriko dira
Eta gehienok gure fede bizia galtzen ari gara
Begiak inoiz lo egiten ez duen Haren bidez
Hondamendiak eta egoera zailak sortzen ditugu
Gure arreta-gunea eta fokua
Irteera positiboa bilatzen badugu
Itxaropen izpi bat ikusiko genukeen
Jainkozko laguntzan fidatu behar dugu
Eta sortu gaituenak ez gaituela abandonatuko
Egoera zailak izan arren
.Bizitzaren borroka
Eta eszena iluna da
Jainkozko gidaritza konfiantza osoz bilatzen badugu,
jasoko dugu
Haurren fedea eta konfiantza duenak laguntza jasoko du
Izatearen elementu guztiak elkartuko dira
.Behar duena lortzeko
Barru-barruan sentitu behar dugu ikusten gaituztela
Eta jainkozko laguntza ez dago urrun
Badakigu baikortasunak zorte ona iman batek bezala
erakartzen duela
Bizitzaren alde distiratsua azpimarratuz
Ongia existitzen dela eta gertu dagoela ziurtatzen digu
Eta garaipen hori argiarena da, ez iluntasunarena eta
ausazkotasunarena
Jainkoa jainkozko laguna da
Berarengan konfiantza dutenak hutsik egiten ez dituenak
Eta gureganako hurbiltasunaz, bere babesaz eta
gureganako laguntzaz pentsatzen dugunean
Bizitza hobera aldatuko da
Bihotza esker onez eta esker onez gainezka egongo da
Bedeinkapenen altxorak eskuetan dituen Hari

Eta Paradisuko giltzak
Gure ekintza irrazionalen bidez geure burua zigortzen
dugu
Gure jokabide egokiagatik saritzen dugu geure burua
Jainkoak gizakiari eman zion adimenaren erabilera
okerra
Bekatua dakar, eta hori da mina eta sufrimendua
eragiten dituen
Adimenaren erabilera zuzenari dagokionez
Horrek bertutera eramaten du, eta horrek, aldi berean,
zoriontasunera
Jainkoak gizakiari adimena eman dio
eta kontzientzia
borondate askea
Zeruko aginduak
Bide zuzena aukeratzen badu, saria jasoko du; bestela,
.bere ekintzen ondorioak jasango ditu
Aldi baterako egonaldian izandako jokabidearen berri
eman beharko du
Jainkoaren lurralde honetan
Gizakiak Jainkoak eman zion independentzia hori gaizki
erabili du
Ondorioz, ezjakintasuna eta mina fisiko eta intelektuala
ekarri zituen bere gain
Heriotza goiztiarra eta beste gaixotasun batzuk
Ereindakoa biltzen du, eta kausa eta efektuaren legea
guztiontzat aplikatzen da
Pertsona baten egungo egunak bere iraganeko egunen
araberakoak dira
Bere etorkizuna ere nola bizi den araberakoa da
Eta horrekin igarotzen ditu bere egungo egunak
Eta bere kontzientziaren lurzorian landatzen dituen
hazien kalitateari buruz
Beraz, gizakia, Jainkoaren irudira sortua izan arren
Bere ariman jainkozko botere ezkutuak ditu

Bere akatsen ondorioz botere horiek erabiltzeko
eskubidea galtzen du
Eta berak bere buruari ezartzen dizkion murrizketak
.Arrazoiaren legeak urratzea
Arimaren lotura gorputz aldi baterakoarekin, hau
usteltzen ari denarekin
Eta ingurumen-, genetiko edo globalen eraginen menpe
Gizakien etsipenaren, frustrazioaren, miseriaren eta
porroten kausetako bat da
Beraz, bere bidea zuzendu beharko du
Bere kontzientziaren iparrorratza berriro kalibratzen du
Bere burua ezagutu nahi badu
Eta bere iturri gorenarekin berriro konektatzen da
Bere bizitzaren ontzia ontasunez, argitasunez eta
ezagutzaz betetzen du
Ozeanoa ezin da eztanda bakar batean eduki
Era berean, giza kontzientzia mugatuak ezin du
.kontzientzia kosmikoa eduki
Baina hau posible da murrizketetatik askatzeko gogotsu
.eta lanean ari direnentzat
Eta kontzientzia oso mugagabearen atalasea iristea
Eta bere oparotasunetik handitzen ditu, eta Allahk nahi
.duena ematen du neurririk gabe
Eskatu eta emango zaizu
Jo eta irekiko zaizu
Eskertzen baduzu, zalantzarik gabe handituko dizut
[aldekoa]
Hitzak gaizki erabiltzea arma hilgarri eta
suntsitzaileenetako bat da
Urduri egotearen arrazoi nagusietako bat hizkera
zakarra eta mingarria da
Saihestu egin behar da txutxu-mutxuak edo txutxu-
mutxu hutsak egitea
Saihestu liskarrak eta gatazkak, eta kendu joera
oldarkorrak

Senarra edo emaztea haserretzen bada eta batek
bestea probokatzen badu
Modurik onena beste pertsona ibiltzea da
Eta ekaitza baretu arte ez erantzuteko
Eta horietako batek hitz mingarriak esaten baditu
Hobe da beste pertsonak antzeko hitzekin ez erantzutea
Hobeto esanda, lasai egon pentsamenduak baretu eta
.giroa hoztu arte
Emazteak senarrari oihu egiten badio eta honek garrasi
handi batekin erantzuten badio, senarrak bi aldiz sufrituko
:du
Lehenengo aldia haren hitz mingarriengatik izan zen,
eta bigarren aldia haren hitz erabakigarriengatik
Beraz, batez ere bere buruari kalte egiten dio
Honek dibortzioa edo beste ondorio desatsegin batzuk
ekar ditzake
Burugogorkeria edo besteak gutxiespenez tratatzea ere
.saihestu behar da
Aldi berean, ez litzateke liskar eta borroketan sartu
behar
Hobeto esanda, lasaitasuna eta lasaitasun psikologikoa
.berreskuratu arte itxaron beharko litzateke
Ez utzi inork zure bakea lapurtzen
Ez asaldatu besteen bakea ahozko (edo idatzizko)
irainekin
Hitzak gaizki erabiltzea arma hilgarri eta
suntsitzaileenetako bat da
Pertsona batek gauza horiek esan ditzake haserre
dagoenean edo emozioak bizirik daudenean
Hizkuntza desegokia erabiltzen du, benetan esan nahi
ez duena, eta gero damutzen da horregatik
Beste pertsonak hitz horiek hogeitaz gogoratuko
dituen bitartean
(Tristeza ez da erraz ahazten)
Ikuspegi honetatik, memoria gauza txarra da

Memoriaren indarra bedeinkapena da, ondo erabiltzen
bada
Baina kaltegarria da gauza txarren biltegi gisa erabiltzen
bada

Gure aurka egin zirenak
Jakinduriaren paradisura sartzeko prestaketan
Giza eboluzioaren prozesu osoak ezjakintasunaren
ekaitzak baretzea du helburu
Olatua itsasora itzuli eta berriro harekin bat egin dezan
Hau da, giza bizi-indarra eremu espiritual
handiagoarekin bat egin dezan
Zientzialariek, enpresariek eta gizarte-erreformatzaileek
etengabe saiatzen dira, zeharka, batasun global bat
.eraikitzeko bidea zabaltzen
Zientzia, filosofia eta moral eskola guztiek ahalegin
handia egiten dute jakinduriaren lorategietatik egiaren sorta
biltzen eta giza arimak findu, zoragarri eta erabilgarri den
guztiarekin apaintzen, jakinduriaren betiko paradisura
.sartzeko prestatzeko
Urrezko aurkikuntzen bidez, zientziak zuzenean
laguntzen dio gizakiari beharrezko gauzak eta behar
materialak emanaz, eta zeharka laguntzen dio "mirari" eta
fenomeno misterioitsu askori buruzko bere ikuspuntu batzuk
.zuzentzen
Zientziak dioenez, urak bere bibrazio-ordena aldatzen
du hotzaren ondorioz, eta izotz bihurtzen da, eta uraren
gainazalean flotatzen du, beste material solido batzuk bezala
.harekin nahastu edo hondoan finkatu beharrean
Fenomeno honek zientzialariei iradokitzen die
Jesukristok uraren gainazalean ibili zenean, bere gorputzaren
bibrazioak aldatu behar izan zituela santuek, profetek eta
.jakintsuek ezagutzen dituzten metodo psikologikoak erabiliz
Gizateria batasun eta zoriontasun unibertsalaren etxera
ekartzeko, jarduera material, moral, erlijioso, industrial,

sozio-politiko eta metafisiko guztiek indarrak batu eta
.ahaleginak batu behar dituzte helburu horretarako
Osasunari, bakeari, ongizateari, hezkuntzari eta moral
onari buruzko lege globaletarako estandar finkoak adostea
posible da, baita Lur planeta honetako milaka milioi
pertsonei gizaki zibilizatu bati dagokion hazkunde integratua
eta orekatua eman diezaieketenak eta zoriontasuna eta
.lasaitasuna eman diezazkiekeenak ere
Munduko herritarra ez litzateke bizitza txiki eta gorputz
.txiki batera mugatu behar
Aitzitik, giza familia handiagoaren kideztat hartzen du
bere burua, bizitza kosmikoak gidatuta, eta "bizitzaren
.ozeanoaren parte zarela" dioten egia hausnartzen du
Kontzientzia mugagabea eta amaigabea da
Izar urrunenetaraino ere hedatzen da
Unibertsoa atomo guztiak zeharkatzen ditu
Elektroi txikienak ere
Pertsona batek kontzientzia kosmikoaren ozeanoarekin
bat dela sentitu behar du
Eta familia eta nazionalitatea gainditzeko
Giza familia zabalagoko kide dela aitortzen du
Monotoniaren eta aniztasunaren arteko poza
Ez zaizu gustatzen antzekoegia den eta barietaterik ez
duen plazerra
.Aitzitik, dinamikoa eta bizia den poza nahi du
Bere berezitasunagatik arreta erakartzen du
Bere handitasunak liluratzen du adimena
Eta bihotza bere gozotasunez betetzen du
Bere izaera gozo apartekoari esker asebeteta eta
txundituta mantentzen zaitu
Noizean behin etortzen den zoriontasuna
Burua kitzikatzen du, baina ez ditu nahiak betetzen
Eta monotoniak zikinduta dauden plazerrek asperdura
sortzen dute
Eta denbora gutxi irauten duen poza

Gero desagertzen da, nahi gabeko poza den damua
atzean utziz

Eta keinuka eta desagertzen den poza
Nahasmen eta axolagabekeria egoeran uztea poz
iragankor eta mingarria da
Denbora guztian erritmikoki aldatzen den pozaz ari
garela

Hala ere, bere funtsa aldatu gabe jarraitzen du
Aktore trebe baten antzera, bere publikoa rol eta
mugimendu ezberdinekin entretenitzen duena
Bilatzen ari zarena eta eduki nahi duzuna da
Poztasun hori Jainkoaren mirariak hausnartuz lor daiteke
Eta meditazio erregular eta sakonarekin
Iraunkor eta berrituaren barne-iturria
Berak bakarrik ase dezake zure zoriontasun egarria
Zoriontasun espirituala da benetako extasia bakarra
Horrek ez zaitu aspertzen edo beste ezertarako joerarik
ematen

- Pertsona batek egiten duen guztia - ona edo txarra
Zoriontasunaren bilaketan etengabeko eta iraunkorra
den ahalegina da
Gaizkiak zoriontasuna agintzen du, baina miseria eta
zorigaitzak ekartzen ditu
Ontasunari dagokionez, malenkonia ematen duela dirudi
Diziplinaren eskakizuna eta borondatearen
aktibazioaren ondorioz
Baina, zalantzarik gabe, poza iraunkorra dakar amaieran
Jainkoa da betikotasun osoan zehar etengabeko eta
berritzen den poza
Eta aurkitzen duzunean, existitzen den gauzarik
.preziatuena aurkitu duzula sentituko duzu
Ez duzu gehiago "beste gauza" horren mirariaren atzetik
ibili beharko

Zuk lortu edo iritsi gabe agertzen zaizuna
Poztasun espiritual "beste gauza hori" da

Eta zure baitan aurkitzen duzun bakoitzean
Ez duzu gehiago zoriontasuna bilatu beharrik izango
Eta poz berri horretan, zure desioak beteko dira
Nahi zuen guztia dauka
Eta jakin ezazue, lagunok, gauza materialak
Pentsamendutik haratago geratzen den plazerra ematen
duena
Eta gauza horiek, ematen dituzten plazerrekin batera
Irudi mentalen bidez sartzen da burura
Poztasun espirituala, ordea, arimaren kontzientzia da
Noren izaera zoriontasun gorena den
Pentsamendutik oso gertu dago kokatuta
Meditazioan pentsamendua barrurantz zuzentzen
.denean, pentsamendutik ere jaiotzen da
Kanpoko objektuak kaltetuta daudenean
Zein pentsamenduren arabera da plazererako
Gauza horiek ematen duten zoriontasuna ere suntsitzen
da
Baina poza espirituala beti berritzen da
Arimaren barruan existitzen da eta suntsipenarekiko
erresistentea da
Eta poza ezin dela ezabatu adieraziz
Norbaitek bere egoera mentala nahita aldatzea
aukeratzen ez badu behintzat
Depresioan murgiltzen da umore deprimitua elikatuz
.Beste gauza hori
?Saiatu al zara inoiz "beste gauza" hori ulertzen
Zure sentimenduen atzealdean agertzen zaizun eta
dantzan dabilen miraje bat bezala
?Eta zure betetako desio guztien amaierarekin zer
:Aztertu gaia
Zerbaiten irrika duzu, hura lortu ezin duzun bitartean
Baina behin eskuragarri duzunean, lehenago edo
beranduago aspertuko zara harekin
?Eta beste zerbait nahi duzu, ezta

Bizitzak nahi izan duzun guztia eman izan balizu ere aldi
:berean
Aberastasuna, boterea eta lagunak denbora baten
ondoren, atsekabetuta sentituko zara
Eta beste zerbait nahi duzu Baina gauza batek ez du
inoiz bere freskotasuna galtzen
Bere distira ez da inoiz itzaliko zuretzat, poza bera da
Bilatzen ari zaren gauza guztietan
Eta lortu eta lortu nahi du
Zuzenean edo zeharka
Zoriontasunaren bila zabilta, benetan
.Zure nahiak betez
Ez dituzu nahi tristura ekartzen dizuten gauza horiek
Eta ez dituzu nahi hasieran plazer pixka bat ematen
dizuten gauza horiek
Baina azkenean, damu eta atsekabe sakonean
murgiltzen zaitu
Bilatzen ari zaren edozer dela ere
Irrikarekin, irrikaz, irrikaz eta ilusioz bilatzen duzu
Eskuratzean gogobetetasuna lortzea espero dut
Pozik egon beharko zenuke benetan zurea bihurtzen
denean
Beraz, zergatik ez bilatu poza zuzenean eta atera bere
?iturrietatik
?Zergatik bilatu ezin diren bitarteko fisikoen bidez
!?Garbia, nahastu gabea eta gabeziarik gabe emateko
Pertsona batek epe laburreko gauza materialen errukia
eskatzen duenean
Bere zoriontasuna epe laburreko plazerren menpe dago
Gauza materialak eta desio materialak betetzetik
eratorritako gogobetetasuna
Aldi baterakoa da, eta beraz, horren bidez lortzen den
zoriontasuna iheskorra da
Aldi baterakoa da, gainera
Jatea, lurrinak usaintzea eta musika entzutea

Gauza ederrak ikustea eta gauza atseginak ukitzea
Plazer iragankor guztiak
Bere iraupena dastamenaren eta usaimenaren
.zentzumenen iraupenarekin lotuta dago
Entzumena, ikusmena eta ukimena
Edo gogoa nekatu arte
Beste estimulatzaile batzuek erakartzen dute
Ez du nahi zoriontasun laburrik
Botatzen denean, atsekabea uzten du atzean
Aitzitik, une batez piztu eta gero desagertzen ez den
.poz baten irrika du
Eta distira inoiz desagertzen ez den poz baten irrika dut
Radio erradioaktibo purua eta iraunkorra
Poztasun hori Jainkoarengan bakarrik existitzen da
Poztasun eta gozamen guztien iturria
Eguzkia egunero behin ateratzen da
Baina bere presentzia beti distiratsua da
Unibertsoa desintegrazioaren menpe dago, baina
Betiko bizitza da geratzen dena
Poza beti berritu dadila zuen bizitzetan
Jainkoak eman digun lur bedeinkatu hau
Bere edertasunaz gozatzea nahi du
.Eta gordetzen dugu
Bedeinkapentzat hartzen dugu, alferrik galdu edo
.gehiegi erabili behar ez dena
!Mirari eta gauza miresgarri asko ditu barnean
Gailur gailurren gainean
Eta geruzak geruzaz geruza
lautadak eta estepak
Itsasoak eta ibaiak
basoak eta baso-eremuak
Eta norabide guztietan amaigabe hedatzen diren
basamortuak
.Antzerki kosmiko bat da
Muinoak lozorroan dauden lekuan

Eta elurrez estalitako itsaslabarrak daude
Zuhaitz altuek lepoa luzatzen dute
Goi-lur antzuek berdetasuna eta oparotasuna
berreskuratzen ari dira
Denboraren markak harri erraldoietan inprimatuta
daude
?Nork du ikuspegi liluragarriak emateko gaitasuna
Eta Jainkoaren lurralde honetako ikuspegi liluragarriei
!?buruz zer, merezi al dute deskribatzea
Pozez betetzen du bihotza
Eta mila irudimenekin pizten du adimena
!Deskribapenari aurre egiten diona adierazteko
Lurraren edertasunak kontenplatzeak kontenplatiboaren
fedea indartzen du
Naturaren legeak gainditzen ditu kontzientzia gorenaren
atalaseraino
Sormena inoiz amaitzen ez den lekuan
Eta ez da mugan gelditzen
.Agortezina da
:Behin, haur batek esan zuen
Ez dakit zer esan nahi duen pertsona batek ezer ez"
"duela sentitzeak
Hau da Jainkoaren mirariak hausnartzean sentitzen dena
Mundu honetako hainbat tokitan parekorik ez duena
Hala ere, gizakiak uste du dena dela
Alif eta Ya
Hasiera eta amaiera
Eta gailur altuagorik ez duen garaiera bat
Altuera harrigarriak daude
Eta ariman miresmena pizten duten sakontasunak
Eta entitatea desegiten den zabaltasun bat
Eta egun-argia bezain ugaria
Eta gora begiratzera bultzatzen duten argiak
Gizateriak ikuspegi integrala balu
Norabide guztietan ikusten duzu

Inguratzen duen sormenaren mirariak konturatzeko
Perla sakabanatuak bezala zabaldu
Jainkoaren lurralde zabalean, badaude hausnartzen
duten pertsonak
Egia esan, Sortzaileak egindako guztiak harridura pizten
du

.Inspiratzailea da
Ekialdeko Altxorak - East-West Aldizkaria
Goi-goikoari eskatzen diogu
Ezagutzaren txinpartekin uxatzeko
.ilusioen iluntasuna
Eta bihotzak eta gogoak betetzeko
Bedeinkapen eta ikuspegi ugarirekin
Eta bere presentziarik loriatsuena arimetan ager dadin
Eta ziurtasuna ematen dio
.Babesleku segurua da
Eta nahasmenaren hodeiak uxatzen ditu arimaren
zerutik

Eta etsipen sentimenduetatik urrun mantentzen gaitu
Eta zoriontasunaren egunsentia piztuko dela konfiantzaz
inspiratzen gaitu
Eta arimak poztuko dira
Eta bakearen eta pozaren txoriak
Bizitzaren basoetan abestuko du
Maitasunak gorrotoa garaituko du
Eta itxaropen distiratsuak etsipenaren iluntasuna uxatu
egingo du

Eta ongiaren bidaiak jarraituko duela
Egiaren bandera beti gora hegan egingo du
Lagunarteko ulermenaren monumentuen gaineratik
Eta giza sentimendu nobleak
Bihotzen Medikua, Zugandik dator sendaketa
Arimak gaixotasunez jota zeuden
Zure ukitu batek pozoia eta gaixotasuna uxatzen ditu
Heriotza eta hondamendia saihestu daitezela

Zure izena gaizkiaren eta kaltearen aurkako xarma da
Eta zeruak entzuten duen otoitz bat
Prestaketa eta
Heziketa egokia: metodo eta praktika praktikoak
Gurasoentzako metodo egokiek barne hartzen dute
ikuspegi orokorra garatzea
Eta ezagutza intuitiboaren biltegira sartzen saiatzea
Arimaren barruan latentea eta giza kontzientziaren eta
harekin duen lotura
Bizitza bat ez da nahikoa
Gai espiritual eta material guztiak ezagutzea
Ezagutza tradizionalaren metodoak erabiliz
Zentzumenetan soilik oinarrituta
Mindfulness eta meditazioa praktikatzea
Intuiziozko gaitasuna garatzen eta hobetzen laguntzen
dute
Pertzepzio zuzen eta zehatzaren bidez
Ahal bada, ikuspegia garatzea haurtzaroan hasi beharko
litzateke
Hori posible ez bada, edozein unetan has daiteke
Gainera
Ahalik eta gehien lagundu behar zaie haurrei eta gazteei
Gurasoentzako metodo egokiak irakatsiz, bidez
Beren pentsamenduak idealetara bideratzea
Eta haien sentimenduak sentimendu nobleekin elikatuz
Eta betebeharra errespetatzen irakastea
Eta zintzotasunez, duintasunez eta osotasunez jokatzeko
beren buruarekin eta besteekin
Autodiziplinaren alderdi garrantzitsuen artean hauek
:daude
Bizkarrezurra zuzen duzula ibiltzea eta eserita egotea
Gorputzean bizi-jardueraren fluxu oztoporik gabea
errazteko
Ikasi eta erabili arreta mentala auto-jakinduria
garatzeko

Pentsamendu sortzailea praktikatzea
Betebeharrak zinez nahiarekin betetzea
Arrazionalaren eta irrazionalaren arteko bereizketa
Egia eta ilusioa
Eta maitasunaren esparrua zabalduz
Norbere buruarekiko maitasunetik familiaren
maitasunera
Familiarekiko maitasunetik komunitatearekiko
maitasunera
Komunitatearekiko maitasunetik aberriarekiko
maitasunera
Herrialdearekiko maitasunetik munduarekiko
maitasunera
Munduarekiko maitasunetik Jainkoaren maitasunera
Eta haien hazkunde espiritualarekin
Ontasuna eta egia nonahi zabaldu ahal izango dituzte
Eta haien barruan distiratzten duen ontasunaren argia
uxatu egingo da
Gaizkiaren iluntasunak inguratzen ditu
Bere laguntzarekin, goratua izan bedi
Mundu honetatik joan diren maiteekin lotura espirituala
Mundu hau utzi duten maiteei zure pentsamenduak
bidali nahi badituzu
Eseri lasai zure gelan eta hausnartu Jainkoaz
Eta zure ariman bakea sentitzen duzunean
Aurrealdean dagoen kontzientzia espiritualaren
erdigunean sakonki zentratu
Zein da borondatearen erdigunea bekainen arteko
puntuan
Bidali zure maitasuna joan diren maiteei
Imajinatu erdigune horretan komunikatu nahi duzun
pertsona
Eta bidali maitasun, desio on eta animo bibrazioak bere
arimari
Hori etengabe egiten baduzu

Eta ez duzu interesa galdupertsona maite horrekiko
 Zalantzarik gabe, bibrazioak jasoko ditu zure
 .pentsamenduetatik
 Lurrean maite dituztenengandik bananduta daudenek ez
 dituzte ahazten
 Maite dituztenek inoiz ahazten ez dituzten bezala
 Eta haien kontzientzia geratzen da, maite dituztenen
 oroimena gordez
 Lur honetan utzi zituztenak
 Eta maite dituzunengandik erantzuna jaso nahi
 duzunean
 Bihotzean zentratu, eta zure fokua nahikoa sakonerara
 iristen denean
 Ametsetan ager daitezke lehen aldiz, eta hori posible da
 haientzat
 Batzuetan amets bera behin eta berriz izan dezakezu
 Ez dira amets guztiak zentzugabeak
 Zure pentsamenduak lasaiak eta harmoniatsuak badira
 Jakingo duzu norbaitek amets baten bidez zurekin
 komunikatzen saiatzen ari dela
 Aurrerapen espiritualarekin, zure maiteak ikusmenetan
 ager daitezke meditazioan zehar
 Pertsona batek aurrerapen espiritual maila altua lortzen
 duenean
 Bere aurrean hildako arima horiek ikusteko gai izango
 da
 Kasu horien adibide asko daude
 Baina benetako aurrerapen espirituala lehenik gertatu
 behar da
 Jainkoa sakonki hausnartzen duena
 Jainkoak gauza horiek guztiak erakutsiko dizkio
 Maite ditugun pertsonen heriotzaren ondoren dolu,
 negar eta galera sentimenduaren ordeztu
 Sentituko duten maitasuna bidali behar diegu
 Sentimendu bera errepikatzen dute

Baina ez dugu hildakoen espiritua guregana arrastatu
behar

Gure sentimendu zentzugabeen bidez
Atxikimendu berekoiak eta tristura sakona
.Nahikoa da alde egiten ari denari "maite zaitut" esatea
Bidali maitasun pentsamenduak eta desio onak
bananduta daudenei

Hori egiteko gogoia dudanean
Baina gutxienez urtean behin - urteurren zehatz batean
:Esan iezaiezu, intelektualki
Jainkoak berriro elkartuko gaitu
Gure maitasuna elikatzen eta gure arteko maitasun
loturak sendotzen jarraituko dugu
Zure pentsamendu atseginak bidaltzen badituzu orain,
.jarraitu horrela egiten
Jainkoak nahi badu, egunen batean ezagutuko dituzu
.ziur aski

Lurreko bizitza hau ez dela existitzen den guztia
konturatuko zara
Zure betiko harremanaren kateko katebegi bat besterik
ez da

Zure maite joanekin
Jainkoak erruki izan diezaieke eta bere argia eta
atsegina eman diezazkiela
Oharra: Metodo honek ez du zerikusirik espiritismo
saioekin, eta ez ditugu gomendatzen, horregatik argibide
.hau

.Nekea kentzea
Oharra: Informazio eta aholku hauek ez dute
...medikuaren aholkuaren ordezkotzat balio, beraz, argibide hau
Gurina eta esnea sartu behar dira dietan
Esnea otorduetatik bereizita kontsumitu behar da
Hobe da janariarekin ez edatea
Esneak laxante propietate onuragarriak ditu
Baina esneak mukia sortzea eragiten du

Sinusitis arazoak dituztenentzat ez da egokia
Edo sudur-jarioa eta katarroa direla eta
Hau laranja zukuari ere aplikatzen zaio
Baldintza hauek jasaten dituztenentzat
Nire aholkuei erantzunez, sufritu zuten askok arintzea
.aurkitu zuten

Hobekuntza nabarmena laranja zukua dietatik kenduz
(Egoera hori pairatzen ari ziren bitartean)
Limoiz zukuak desinfektatzeko propietate bikainak dituen
arren

.Baina sinusitisa okerrera egiten du, gainera
Ez dago ogi honekin egindakoa baino asegarriagorik
(gosea asetzen duena)

Gari osoko irina freskoarekin egina
Hala ere, flema duten pertsonak almidoiak saihestu
.behar dituzte

Ogi integrala ondo txigortu ondoren jan daiteke
Idorreria nekearen beste kausa bat da, eta gorputzean
.toxinak pilatzearekin lotuta dago

Elikagaietatik energia ateratzeko prozesuan eragina du
.Idorreria baduzu, erabili laxante natural bat ahal bada
Zure gorputza toxinarik (hondakinik) gabe mantentzen
.baduzu, ez zara nekatuta sentituko

Gorputzean pilatzen diren toxinak dira pertsona bat
nekatuta sentiarazten dutenak

Drogek eta narkotikoek ahultasun sentimenduak ere
eragiten dituzte

.Opioak, adibidez, erabiltzaileei ekimena kentzen die
Ez dute ezer egin nahi txutxu-mutxuka aritzea, lo egitea
eta amets egiteaz gain

Nekearen sentsazioa kentzeko modurik
eraginkorrenetako bat

Ahalik eta gehien sexu-bizitasuna mantentzea da
helburua

Gehiegi praktikatzea energia sortzailea xahutzea delako

Horrek galera nabarmena eragiten du, bai maila fisikoan
 bai mentalean
 :Dizipuluak bere gidariari galdetu zion
 Zein da zure interpretazioa entitate espiritualari eta
 ?horri buruzko ezagutzari buruz, jauna
 :Gidak erantzun zuen
 Entitate espiritualak pertzepzio eta botere espiritualen
 .ezagutza kontzientea da
 Itsas izakiek uretan murgilduta daudenean sentitzen
 duten bezala
 Eta zeruko hegaztiak espazioz inguratuta daude
 .Arimaren eterretik bizi-energia erauztea da
 Eta ongizate eta bizitasun sententzioa gorputzean zehar
 isurtzen
 Bizitzaren elixirrarekin zelulak biziberritzen ditu eta
 erabat berritzen ditu
 :Orduan, dizipuluak galdetu zuen
 ?Eta zein da proba hori lortzeko bidea
 :Gidak erantzun zuen
 Izaera espiritualak duzula auto-baieztatuz
 Eta entitate fisikoak, bere errealitate erlatiboa izan arren
 Hala ere, arimaren esentziaren kanpoko eskola da
 Eta bizitzaren ura, zoriontasunaren iturburua dena
 Zure nerbioetatik igarotzen da, euforia, energia eta erne
 .sentiaraziz
 :Dizipuluak jarraitu zuen, esanez
 ?Zeintzuk dira egoera horretara iristeko oztopoak
 :Gidak azaltzen du
 Oztopo horiek pentsamendu desadostasun eta
 .sentimendu mingotsetan datza
 Eta parasito belar kaltegarriak gisa jokatzen duten efektu
 negatiboak
 Espiritu landareari buruz
 Beraz, kontzientziaren eremua garbitu eta araztu behar
 .da ezpurutasun guztietatik

Eta zalantzaren arantzak bere lurzorutik ateratzeko, eta
fedea biziarekin ongarritzeko
Irrika sakona, asmo garbitasuna eta borondate ona
Badira desagerrarazi beharreko landare toxikoak eta ez-
.fisikoak
Hala nola, gorrotoa, gaiztakeria, inbidia, jeloskortasuna,
beldurra eta beste emozio batzuk
Suntsitzailea, eta maitasunaren, konfiantzaren,
ulermenaren, nobleziaren eta zintzotasunaren haziak
landatzen ditu haren ordean
:Orduan, dizipuluak galdetzen du
?Zein da bizitzako arazoei aurre egiteko modurik onena
:Gidak erantzuten du
Sarraila guztiek giltza dute, eta arazo guztiek irtenbide
bat dute
Eta adimena, bereizmena, ausardia eta pazientzia
dituenak
Jainkozko laguntzan konfiantza izateak edozein arazori
irtenbidea aurkitzea ekarriko du
Eta ez ahaztu aurkitzen duzun arazo zail bakoitza zure
.indarraren proba dela
Eta animoa altxatzeko eta arazo bakoitza gaindituta,
aurrerapauso bat ematen duzu
Bizitzako eskaileran, lorpen handiak zain dituzu
Egoera zailei oinarri honetan aurre egin zien
Ulermena, indarra eta poza lortzen dituzula ikusiko duzu
Oztopoak gaindituz eta bidean etapa berriak osatuz
Eta jakin ezazu, Jainkoak handitu dezala zure ezagutza,
behar duzun guztia zure baitan dagoela
Jainkozko laguntza apaltasunez eta zintzotasunez
.eskatzen baduzu, jasoko duzu
Ontasunaren ateak eta argiaren altxorrak irekiko
zaizkizu
Ekialdeko Altxorak – Hausnarketak eta Orientazioa
Ekialde-Mendebalde Barne Kultura

Bakearen eta argiaren iturria
Irakasleak, jainkozko presentziaren sentimenduaz hitz
:egitean, esan zuen
Jainkoaren ezjakintasunean bizi den pertsona bat bada
Bere presentzia ukitu gabe
Bere bizitza arriskuz beteta egongo da
Eta arazo eta krisi konponezinetarako joera
Minak nahia eta determinazioa erditu arte
Sekretuen sekretua eta lasaitasunaren eta argiaren
iturria aurkitzeko
Sekretu handiena aurkituz
Badaki zer esan nahi duen askatasunak, zoriontasunak
.eta edertasunak
Pertsona batek bere bizitzaren fokua eta bere
kontzientziaren erdigunea aldatu behar ditu
.Materiatik espiritura
Eta "norberarengandik" bere mugekin
Dimentsio emozional mugagabera
Orduan konturatuko da bera izan zela eta oraindik ere
bada
Betikotasunaren besarkada bero eta maitekorrean
Ulermena bizkortzeko ere lan egin behar du
.Hausnarketan sakonduz
Eta ahalegina bikoiztu
Eta jainkozko presentziak ukitzen duenean
Oztopo eta oztopo guztiak gaindituko ditu
Bere bidea oztopatzen eta aurrera egitea eragozten
diotenak
Ez da gizakirik izango heriotzaren ondoren
Jainkoarengandik hurbilago dago orain baino
Hil ondoren horren kontzientziaren neurria
.Orain zenbat dakienaren araberakoa da
!Ez da beharrezkoa atzeratzea edo atzeratzea
Jainkoaz pentsatzea da zoriontasun, maitasun eta
ontasun guztien iturria

Elementu bedeinkatu horiekin zuzenean harremanetan
jartzen gaitu

Eta Errukitsuenaren bedeinkapenez betetzen gaitu
Elementu espirituala txertatu behar dugu gure lanean
Eta besteei zerbitzurik onena eskaintzen dien lana
egiteko

Dirua irabaztea baino gehiago zerbitzatzeari helburu
duen pertsona

Bere bizitza osoa hobera aldatu dela ikusiko du
Ez da bakarrik utziko, baina laguntza espero ez duen
.lekutik etorriko zaio

Jende gehienak ez du beharrezko oreka lortu ahal
Beren bizitza praktikoaren eta espiritualaren artean
Espiritualistak dirua behar du
Munduko pertsona batek ezin du zoriontsu bizi Jainkorik
gabe

Espiritualistak lan egiten du, eta haren ekintzek asko
:esaten dute
Jainkoak indarra ematen dit eta erabakitasuna ematen"
"dit

Indartsuagoa bihurtzen da eta Jainkoak bere ahaleginak
bedeinkatzen ditu

:Mundutarrak ere lan egiten du, baina dio
Ni naiz hau guztia neuk bakarrik egiten duena, eta"
"inork ez dit meriturik merezi

Honek ondorio ustekabekoak dakartza berarentzat
.Mahadhirren dago kokatuta
Jarduera praktiko guztiak
Helburu materialetarako edo espiritualetarako izan
Printzipio sendoetan oinarrituta egon behar du
Kontzientziaren kontrolaren eta arrazoiaren orekaren
menpe dago

Oreka beharrezkoa da egiten dugun guztian
Bere gabeziak miseria, bihotzeko mina eta buruko
minak esan nahi dituelako

Norbaitek pobre talde bati gonbidapena luzatzen badio
Jaialdirako beharrezko gauzak erosteko diru nahikorik

gabe

Horrek esan nahi du diskriminaziorik eza
Eta behar bezala planifikatzeko ezintasuna
Gure ekintzak arautzen dituen sistema orokorraren
izaera ulertu behar dugu
Gaizki dago espiritualtasuna norberaren interesak
sustatzeko erabiltzea

Metodo zientifikoak erabiltzea komeni den arren
Espirituzko irakaspen sendoak zabaldu eta sustatzeko
Zoriontasuna lortzeko lege unibertsal bat dago
Lege hau konstantea eta aldaezina da
Beti funtzionatzen du eta emaitzak bermatuta ematen

ditu

eta lege hori jarraituz edo betez
Zoriontasuna izatea esan nahi du, zalantzarik gabe
Zoriontasunaren definizioan, Paramahansa maisuak

:esan zuen

Benetako zoriontasuna batez ere pertsona baten egoera
psikologikoan oinarritzen da
Pozik egotea, gogobetetasuna, bakea eta lasaitasuna
zoriontasunaren seinale dira

Osasun ona izateko ahalegindu behar da norberak

.Adimen aktiboa

eta bizitzako beharrak

.Lan egokia

Eta epaiketa zorrotza

.Eta ulermen zuzena

Ez dio bere buruari baimendu behar

Ingurune edo baldintza okerretan amore emanaz

Gizakiek sarritan kokoak ehuntzen dituzte lotzeko

Eta lotzen duten sokekin maite zaitu

Murritzeta horien arrazoiak ulertu behar ditu

Agian infekzio motela desagerraraziko du

Bere gogotik eta bere gorputzetik
Horrek berritze psikologikoa ekarriko luke
Zoriontasunerako bidea zabaltzen du eta bere bizitzaren
.horizontean kontzientzia espiritualaren agerpena sortzen du
Eta bere barneko indar biziak esnatzeko
Kontzientzia piztu behar da ezjakintasunaren sakonetik
Ulermenaren eta ezagutzaren gailurretara
Norberaren botere psikikoetan sinetsi arren
Baina ingurune gaiztoak eragin gardena du
Bere defentsak ahultzeko gai
Eta bilatzen duen zoriontasunaz gabetuz
Beraz, ahalegin guztiak egin beharko ditu
Zoriontasunerako ingurune osasuntsu eta egokia
sortzeko

Eta poz espiritual iraunkorra bilatzea
Plazer sentzual iragankorren ordeztu
Zoriontasuna kentzen dion ohitura negatibo bat kendu
nahi badu

Saihestu behar du gerta daitekeen guztia
Ohitura hori ohartarazteko edo esnatzeko
Orduan ohitura on bat lantzen du haren ordeztu
Ahalegin psikologiko handiarekin egiten du
Bere bizitzaren parte bihurtu arte
Behin finkatuta eta sendo bihurtuta
Ohitura txarra ahulduko da
Eta heldulekua askatzen du
Inoiz ezagutu ez duen zoriontasuna sentituko du
Argitasunak eta ziurtasunak

Paramhansa Yogananda maisuaren irakaspenak
Bizitza bere funtsean, osagaietan eta helburuetan
Zaila da ulertzeko puzzlea, baina ez ezinezkoa
ebaztea

Gure pentsamendu aurrerakoiarekin, egunero
konpontzen ditugu haren misterio batzuk

**Garai honetako printzipio zientifiko zehatzetan
oinarritutako gailuak**

**Zalantzarik gabe, miresmena pizten du
Zientziak dakartzan aurkikuntzek ikuspegi
argiagoa ematen digute**

**Bizi-baldintzak hobetzeko moduei buruz
Baina ditugun ekipamendu, asmakizun eta
estrategia guztiak gorabehera**

**Badirudi oraindik patuaren eskuetan
txotxongiloak bezala gaudela
Eta aurretik dagoen bidea oraindik luzea dela
Naturaren kontrolpetik askatu aurretik
Naturaren menpe bizitzea ez da askatasuna,
zalantzarik gabe.**

**Gure gogo sutsuak babesgabetasun sentimendu
batek gainezka eta lotzen ditu**

**Uholde, urakan edo lurrikaren biktima sentitzen
garenean**

**Edo gertaerek harrapatzen gaituztenean - arrazoi
logikorik gabe**

**Gure bihotzean gertu dauden maiteak
Orduan konturatzen gara ez ditugula garaipen
asko lortu**

**Ezin izan genituen egoera kaltegarriak gainditu
Bizitza nahi dugun bezalakoa izan dadin ahalegin
guztiak egin arren**

**Baldintza batzuk beti agertuko dira lurreko etapa
honetan**

**Eta oso gutxi dakigun gogo boteretsu batek
gidatutako gertaerak**

**Gure iritzietatik guztiz independenteki
funtzionatzen du eta egingo du**

**Egin dezakegun gauzarik onena lan egitea eta
hobekuntzak egitea da**

Garia landatu eta irina egiten dugu

**Baina nork sortu zuen lehenengo hazia?
Irinarekin egindako ogia edo arrozaren jaten dugu
Baina nork eman zigun gure gorputzei digeritzeko
gaitasuna?**

**Eta nola eraldatu janaria elikagai bihurtzeko?
Bizitzako txoko guztietan
Badirudi ezinbesteko jainkoen esku bat dagoela
Ezin ditugu gure gaiak kudeatu hori gabe
Dauzkagun ziurtasun guztiekin
Ez dakigu noiz utziko dion bihotzak
funtzionatzeari**

**Horregatik, konfiantza ausartaren beharra
Jainkoen botere gorenari buruz
Eta gure goi-niaren oinarrituta
Botere orokor horretatik sortua
Zeinen arabera eredutzat hartzen gaituen
Harrotasunik gabeko fedea izan behar dugu
Eta bizitzaren bideetan konfiantzaz ibiltzeko
Izua edo dardararik gabe
Estutasunik eta mugarik gabe
Alergiei aurre egitea.**

**Sentikortasuna gaitzitzea arte delikatu da, eta
erreakzionatzeko azkartasuna kontrolatzea
garrantzitsua da nortasun orekatu eta osoa
garatzeko.**

**Sentikortasuna gaizki-ulertuetatik, gutxiagotasun
konplexutik, harrotasun puztutik eta ego gehiegizko
batetik dator.**

**Pertsona batek bere sentimenduak mindu direla
uste duenean, pentsamendu horrek bere buruan
errotzen da, nerbioak piztuz, eta gero tentsio eta
matxinada bihurtzen dira. Haserrea pizten da
bihotzean zauritutako emozioengatik. Hala ere,
pertsona batzuek beren emozioak kontrolatzeko
gaitasuna dute, beraz, kanpoko seinaleak ez dira**

agertzen barruan duten amorru bizia izan arren. Beste batzuek beren haserrea berehalako erreakzioen bidez adierazten dute, begi-muskuluetan eta aurpegiko keinuetan agerikoa dena, eta ahozko erantzun zorrotz eta kodetuen bidez.

Gehiegizko emozionaltasunak ondorio larriak ditu; egoera zailtzen du eta ezegonkortasun desiragarria sortzen du, besteengan negatiboki eragiten duena.

Ahalegin handiak egin behar dira autokontrola eta lasaitasuna lantzeko, ulermen eta harmonia giro bat sustatuz, tentsioaren ordezkari bakea sustatzen duena eta estresaren kea uxatzen duena. Horrela egiten dutenak beren patuaren jabe izango dira eta ingurukoek esker oneko eta errespetuzko sariak jasoko dituzte.

Gehiegizko sentikortasuna jende gehienak partekatzen duen ezaugarria da, eta emozio irrazional hori pizten denean, ikuspegia itsutu eta jakinduriaren begiak lainotzen ditu. Are okerrago, gehiegi sentibera den pertsona horrek uste du primeran pentsatzen, sentitzen eta jokatzeko ari dela, baina, egia esan, bere portaera guztiz okerra izan daiteke!

Jende askok uste du bere buruari erruki egin behar diola kritikatzeko zaienean, eta auto-errukiak arintzea ematen diela. Baina drogazaleek bezala, zenbat eta gehiago hartu, orduan eta handiagoa bihurtzen da haien mendekotasuna.

Pertsona sentiber batek askotan alferrik sufritzen du Gehienetan, inork ez daki bere sufrimenduaren kausa edo bere kexaren izaera, eta horrek areagotu egiten du bere buruari ezarritako isolamenduan atsekabea. Ezer ez da lortu irain edo kritika gisa hautematen duen horretan isilean hausnartuz.

Hobe da hipersentikortasun horren arrazoiak ezabatzea analisi objektiboaren bidez eta autokontrola aktibatuz.

Alergia mota honek ondorio larriak ditu; bihotza sua bezala kontsumitzen du eta bakearen ehunak suntsitzen ditu. Beraz, zentzuz, logikoki eta borondate irmoarekin jokatu behar da.

Ahultasunetik askatasuna.

Ahultasuna kentzeko modurik onena

Ez da horretan pentsatzen ari

Bestela, ahultasunaren ideiak kontzientzia zeharkatuko du eta arimaren ahalmenak menderatuko ditu.

Argia gure barnean ekartzen dugunean

Iluntasuna desagertuko da inoiz existitu ez balitz bezala

Idea horrek inspirazio zoragarriak ekartzen dizkit

Argia sartzen denean.

Milaka urtez ilunpeak bizi izan duen kobazulo batera

Iluntasuna berehala desagertuko da

Era berean, ahuleziak desagertzen dira, eta haiekin batera, akatsak

Jainkoaren argia gure kontzientzian sartzen uzten dugunean

Ezjakintasunaren iluntasunak ezingo du iraun

Hori da bizi behar dugun filosofia

Atzerapena alferrikakoa da

Bizitzaren gorpila ez da inoiz gelditzen

Eta bizitzako egunak azkar pasatzen dira

**Argi pentsatzen eta zentzuz jokatzeko ematen
dugun minutu oro**

**Gure zoriontasunaren arloan inbertsio
arrakastatsu eta errentagarria da.**

Askok bizitza osoa ematen dute

Diruari, sexuari eta ospeari buruz pentsatzen

Gutxitan jartzen dute arreta funtsezko gaietan

Horrek lasaitasuna ematen die

Eta haien kontzientzia maila altuagoetara igotzea

**Pertsona batek zenbaterainoko rol apala betetzen
duen axola gabe**

Jainkoaren begietan arrakastatsutzat hartzen da

Bere denbora zentzuz nola pasatzen jakingo balu

**Bere pentsamenduak norabide egokietan
zuzentzen ditu**

**Jainkoaren argia gizakiaren gainean distiratzeko
denean**

Ez du ezer behar duenik sentitzen

Gainezka egiten dion pozagatik

Bere amets guztiak lortzen ditu

Eta sakonean sentiarazten dio

**Aberatsen artean aberatsena eta zoriontsuen
artean zoriontsuena da**

Bizitza honetan.

Argiaren tunela

Kontzientzia espiritualala esnatzen duena

Idea argituekin.

Ongintzako lanak

Sentimendu onak.

Hausnarketa sakona

Gorputzetik irteten dela sumatzen du

Azken irteera ordua

Begi espiritualaren bidez.

Yogiak bere lurreko bizilekuan praktikatzen du

Begi espiritualaren tunelaren ikuspegia

Banaketa-lerroan.

Materiaren eta espirituaren artean

Une horretan bertan utzi dezake Lurra

Tunel argiztatu honetan sartzean

Eta mundu honetatik igarotzea

Jainkoaren espazio infinituraino

Argia non dagoen.

Eta poza.

Bakea

askatasun absolutua

Gorputzaren lanpara begi (espirituala) da

Begi bakarra baduzu

Orduan zure gorputz osoa argiz beteko da

**{ Eta argia iluntasunean distiratzeko du, eta
iluntasunak ez zuen konturatu }**

altruismoa

Altruismoa besteen atsekabeak sentitzea da

Eta haietara hurbiltzeko eta haiekin

komunikatzeko

Zinez saiatzen gara haien galeran kontsolatzen

Eta haien pozaz gozatzen garela

Gure ahalmen onenarekin ari gara lanean

**Beldurraren, beharren eta antsietatearen mamua
haiengandik uxatzeko**

Besteak zorientsu egiteko lan egiten dutenak

**Jainkoak eman diezaiola barne-erosotasun
psikologiko bat**

**Eta laguntzen saiatzen ari den horien atzetik
zerbait galtzen badu**

**Ez du galeratzat hartzen, trukean zerbait
irabazten duelako**

Jainkoaren plazerra eta lasaitasuna

Maitatzeko, lan egiteko eta emateko bizi da

**Ongintzaren eta bakearen haziak ereiten ditu
gizateriaren zelaietan**

**Bere pentsamenduek eta sentimenduek bere
mundu pertsonala gainditzen dute**

**Bere kontzientzia zabaltzen da eta bere enpatia
handitzen da**

**Mundua bere etxea eta gizateria bere familia dela
sentitzen du**

**Ulertzen du bere existentziaren helburua lur
honetan**

**Besteak eraldatzen saiatu aurretik, bere burua
eraberritu behar du**

**Beren burua hobetzen dutenek besteei laguntzen
dietelako**

**Bere bizitzaren adibidearen bidez beren burua
eraberritzeko**

**Ekintzek eragin sakonagoa eta eragin sakonagoa
dute**

Besteen gogoan, hitzetatik

Nork du altruismoaren espiritua?

**Ez du funtzionatzen kalkulu eta itxaropen
mugatuaren arabera**

**Horren ordean, bere ikuspegia eta epaiketa ona
erabiltzen ditu**

**Bere buruari eta besteei laguntzen jarraitzen du
Jainkoari eskerrak emanez lortutako
arrakastagatik**

Eta behin edo hainbat aldiz huts egiten badu

**Ez du etsipenik sentitzen, baizik eta erabakitasun
handiagoa hartzen du**

Ahaleginak bikoiztu eta berriro saiatzen da

Idea eta kanal berriak arakatzea

Arrazoiaren argiak gidatuta

Jainkoaren laguntzarekin.

Bere helburua lortu arte

Bere helburu noblea lortzen du

Ekialde-Mendebaldeko Argiztapenak

**Paramhansa Yogananda jakintsuaren
irakaspenetatik**

Prestaketa eta

**Pentsamendua indarra da, elektrizitatea bezala
baldintza psikologikoak.**

**Pentsamendura eta pentsatzeko modura itzultzen
da**

Elektrizitatea onuragarria eta kaltegarria da aldi berean

Beraz, nork daki nola kudeatu?

Bere zerbitzura jartzen du.

Bestela, elektrokutatu egin dezake

Eta hala pentsatu ere

Bide egokietan zuzentzen bada

Zoriontasuna ekartzen dio jabeari

Bestela, arazoak ekarriko dizkio

Pentsamendua zaldi basati baten antzekoa da

Hala ere, menderatzea ez da ezinezkoa

Pentsamendu positiboa zure pentsamenduak kontrolatzeko modu bat da

Pentsamendu ona lagun min bat da

Eta buru gaixo bat etsai etengabea da

Pentsamendu onak bakea eta segurtasuna erakartzen ditu

Eta buru gaixo batek gezi hilgarriak jaurtitzen ditu

Bikoiztu egiten du jabearengan errebotea

Horregatik esaten da saria ekintzaren mota berekoa dela.

Pertsona batek asmo onak bidaltzen dituen bitartean

Bere ideiak su bihurtuko dira

Argitu arimaren ganberak

Eta iluntasun pilak uxatu

Orduan, lasaitasun sakona sentitzen du

Poztasun irribarre batez distira egin zion begiek!

Bizitza ehotzen duen errota bat bezalakoa da

Proba pilulak eta esperimentu emankorrak

Hortik ogia egiteko.

Errepide bihurgunetsu bat bezalakoa da

Bere alboetan lore oparoak daude

tximeleta distiratsuak

**Eta adarretan fruitu goxoak dituzten zuhaitzak
Hala ere, gutxitan gelditzen gara
Goza dezagun bere ikuspegiaz eta dastatu
dezagun bere gozotasuna**

**Izan ere, askotan zoratzen gaude
Eremu zabalagoetara sartzeko.
Uste dugu ikusi ditugunak baino ikuspegi
zoragarriagoak dituela**

**Baina pixkanaka urruntzen garen heinean
Lore-bide emankorrei buruz
Ilunpean dauden zuhaitzak aurkitzen ditugu
Freskotasuna baino gehiago
Orduan loreak desagertzen dira
Eta harekin batera, tximeletak eta baita fruituak
ere**

**Orduan basamortu antzuan aurkitzen gara
Giza bizitza itsasoetako urak bezalakoa da
Zeina purifikatu eta gozo bihurtzen den
Goi-atmosferara igotzen zarenean bakarrik
Goizeko amets bat bezala da
Adinarekin distiratsuagoa bihurtzen da
Arrazoia da gauzak orduan argiago eta bereiziago
agertzen direla**

**Bidaia baten antzekoa da, distantziak egiten diren
heinean paisaia aldatzen baita.**

**Gero, paisaia bera aldatzen da hurbiltzen garen
heinean, eta abar**

**Bizitzak ez ditu jakintsuak hutsik egiten
Trebeki maneiatzen dutelako eta gozatzen
dutelako**

**Haien gaineko kontrola hartu eta askatasuna
kentzen utzi gabe**

**Adibidez, ura gustatzen zaie
Edaten dute eta bertan bainatzen dira, baina ez
dute bertan itotzen uzten**

**Gustuko dituzten arropaz gozatzen dute
Azalekotzat jotzen diren formalitate eta
formalitateei gehiegizko atxikimendurik gabe
Jatea gustatzen zaie, jateko gogoz, jateko gogorik
gabe**

**Gehiegi jateak energia agortzen duelako
Eta pertzepzioak irensten ditu
Eta erabat suntsituko du
Eta beraz, pertsona batek bizitzaz gozatu beharko
luke**

**Baina zentzumenak murgiltzearen bidez agortu
gabe**

**besteekin ondo moldatzea
Haien akordioak ez du dena esan nahi
Edo idealak haien mesedetan sakrifikatzea
Konpromiso metodo hau ez delako desegokia
Ez dator bat egiarekin
Erreformatzaileak eta gizon handiak ez zeuden
ados**

**Jende askorekin inguruan
Hala ere, beren idealak mantendu zituzten
Zeren konturatu ziren egiten ari zirena
Hori guztiz zuzena zen.**

**Printzipioa ez da arriskuan jarri behar
Eta helburu zehatz bat lortzeko ezkutuko
motiboetara jotzea**

**Hori ez baita egokia printzipiodun pertsonentzat
Nork bizi daiteke Jainkoari atsegin dion moduan?
Ez egin besteei minik, ez baitute beldurrik izan
beharrik.**

**Lehenik eta behin, Jainkoarekin harmonian egon
behar da**

**Gero kontzientziarekin, eta ondoren jendearekin
Baina ikuspegi honek besteak asetzen ez baditu**

Nahikoa da pertsona bat bere baitan bakean egotea

Barne bakea sentitzen du, jendearen onespenetik independente egiten duena.

magnetismo espirituala

Arimaren indarrari eta Jainkoarengana jotzeko duen nahiari magnetismo espirituala deitzen zaio, eta magnetismo honekin arimak bedeinkapenak, bibrazio sublimak eta ontasuna eta zuzentasuna gogorarazten dizkioten giza esperientzia on guztiak erakartzen ditu beregana.

Magnetismo espirituala pertsona batek lagun onak, gauza beharrezkoak eta garrantzitsuak eta gauzen ezagutza intuitiboa erakartzen eta beregana ekartzen duen boterea da.

Botere hau Jainkoaren botere magnetiko eta erakargarritik dator

Bakearen kandela

Hartu lapiko mental bat

Bete ezazu zure bakearekin

Hartu nire sentimenduen botila

Bete ezazu zure errukiaz

Hartu nire arima-saski hutsa

Bete ezazu zure jakinduriaren fruituekin

Isuri zure maitasunaren ura nire ariman

Arima egarriaren edalontzietan isuriko dut

Egoaren hormak eraitsi

Murgildu nazazu zure presentzia osoan

Maitasunaren egunsentiaren izpia

Utzi iezaiozu nire bihotzeko irekiduretatik begiratzen

Zure maitasunaren eguzki-argia ekartzen dit gogora

Nire bizitzako zeruan zehar zabaltzen

Zure maitasunaren argi distiratsua distira egin du

**Neure buruaren gainean, eta argitu egin zen
Zure argiak bete zuen nire espazio espirituala
Nire gorputza eusten duen bizitza zara
Eta nire pentsamenduak inspiratzen dituen gogoa
Eta nire ezjakintasuna uxatzen duen jakinduria
Nire maitasunaren kandela mehea pizten dut
Urrezko liburua irakurtzeko
Antzinatik nire baitan gordeta
Zure maitasuna izan zen eta oraindik ere bada
Bakearen kandela ikusezina
Iluntasuna uxatzen duena eta zure mezuak
erakusten dizkidana**

Bloga bihotzen orrialdeetan dago

Mundu Berri bat: #Paramhansa Yogananda

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

**Zure sinesmen espiritualak probatzen dituzunean,
mundu berri bat irekitzen da Jainkoa ezagutzeko
ahalegin pertsonala ezinbestekoa da Baliteke oso
erlijioso sentitzea, eta zure burua horrekin pozik
egotea Baina zure izateak zure otoitzak zuzenean
erantzuten ari direla konbentzitura ez badago, ez
dago erlijio-formaltasunik zurekin salbatuko zaituenik
Jainkoaren erantzuna jasotzea zaila izan daitekeen
arren, posible da Benetan Zerura iristeko, zure
otoitzen indarra probatu behar duzu, aktibatu ahal
izateko Mutiko nintzela, erabaki nuen nire otoitzak
erantzungo zirela Jainkoarengana erregutzen nuen
bakoitzean Irmotasun hori dela bidea Orduan, edozein
proba etorriko da zure erabakia ahultzeko eta zure
borondatea paralizatzeko, baina Jainkoaren
erantzuteko boterea mugagabea da Iraunkortasun
handiko ahaleginak eta borondatearen etengabeko
erabilerak Jainkoaren erantzuna ekarriko dute**

Ezinbestekoa da adimena fokatzeko modu zuzena ikastea. Garrantzitsua da, halaber, bakardaderako eta hausnarketa pribaturako nahikoa denbora izatea. Besteekin etengabeko elkarrekintzak hazkunde espirituala oztopatzen du. Jende gehienak belakiak bezalakoak dira; dena xurgatzen dizute, eta gutxitan jasotzen duzu ezer trukean. Noski, onuragarria da espiritualki zintzoak eta sendoak diren besteekin egotea. Pertsona bakoitzak bestearen indarrak, zintzotasunaz eta borondateaz jabetzen bada, ezaugarri espiritual nobleak haien artean parteka daitezke.

Denbora ez da gauza hutsaletan galdu behar. Jende askok gauza ez-produktiboetan hartzen du bere burua, eta horietako bati zer egiten ari zen galdetzen badiozu, erantzungo dizu: "Denbora guztian lanpetuta egon naiz!" Baina ia ez dute ezer gogoratzen "lan" horretaz! Gainera, gehiegizko aisialdiak eta entretenimenduak adimena ahultzen dute. Egunero filmak ikusten badituzu, erakargarritasuna galduko dute eta aspertu egingo zara. Filmak berdinak dira, rol desberdinekin: maitaleak, abenturak, heroiak, gaiztoak, etab. Film baten trama ikustea gustatuko litzaiguke, baina bizitza gutxitan da horrelakoa. Bestalde, bizitza errealistegia balitz, nork nahi izango lituzke bizitzako gertaera gehiago dauden bezala ikustea erlaxatzen denean?

Bizitza izugarri engainagarria da, eta hala heldu behar diogu. Bere engainuak eta ilusioak lehenik gainditzeko ez baditugu, ezingo diogu inori lagundu. Gogo fokatu baten bakardadean dago lorpen handi guztien fabrika. Gogoratu hau. Fabrika zoragarri honetan, etengabe ehundu zure borondatearen ereduak aurkako oztopo guztiak gainditzeko. Landu

eta findu zure borondatea etengabe. Aukera ugari dituzu fabrika honetan egunez eta gauez lan egiteko, zure denbora eta energia alferrik galtzen ez dituzun bitartean.

Gauez, munduko eskakizunetatik aldentzen naiz neure buruarekin bakarrik egiteko, mundutik urrun, nire bakardade espiritualean nire borondatearekin. Han, nire pentsamenduak nahi dudana norabidean gidatzen ditut eta nire baitan hartzen ditut erabakiak. Ondoren, nire borondatea bultzatzen dut arrakasta ekartzen didaten jarduera osasuntsu eta onuragarrietan parte hartzera. Horrela, nire borondatea eraginkortasunez erabili dut askotan. Baina hori borondatearen erabilera koherentearen bidez bakarrik lortzen da.

Zein sentsazio zoragarria izango den esan eta baieztatzeko gai izatea: "Nire nahiak, nahi unibertsalez blaituta, nahi dudana lortuko du!" Jainkoak eman dizun zure nahia erabili gabe, dena jainkozko nahiari uzten badiozu, ez duzu nahi duzun emaitza lortuko. Jainkozko botereak bere kabuz lagundu nahi dizu. Ez dago erregurik edo eskerik behar; aitzitik, zure nahia erabili behar duzu eskatzeko eta eskatzeko —oinordeko legitimo gisa— eta horren arabera jokatu. Zure burutik uxatu behar duzu Jainkoa, bere ahalmenean eta botere transzendentean, urrun eta zeruko muturretako muturrean ezkutatuta dagoela, eta lur honetako kezka eta zailtasunen artean bakarrik zaudela. Gogoratu jainkozko nahia zure giza nahiaren atzean dagoela, baina botere ahaltzu hori, ozeano mugagabe bat bezala, ez zaizula etorriko zure gogoa irekita eta bihotza hartzailea ez badago.

Urduritasuna: bere arrazoiak eta tratamendua

Urduritasuna lasaitasun izeneko erremedio espezifiko batekin gainditu daitekeen gaitz bat da. Gure psikeko desoreka, nerbio-nahasmenduak sortzen dituen, zentzumenen etengabeko kitzikapen edo gehiegizko estimulazio egoerek eragiten dute. Kezkak, beldurrak, haserreak, sentimendu malenkoniatsuak, damuak, inbidia, tristura, gorrotoa, erresumina, antsietatea eta bizitza normal eta zoriontsu baterako beharrezkoen falta (hala nola, elikadura egokia, ariketa egokia, aire freskoa, eguzki-argia, lan egokia eta bizitzan helburu zehatz bat) dira nerbio-nahasmenduen eragileak.

Edozein estimulazio mental, emozional edo fisiko bizi edo iraunkorrek estres handia eragiten du eta bost zentzumenen eta haien gaitasunen bidezko bizi-indarraren fluxu orekatua eten egiten du. 50 watteko bonbilla bat 2.000 volteko energia-iturri batera konektatzen baduzu, bonbilla erre egingo litzateke. Era berean, nerbio-sistema ez zegoen diseinatuta emozio bizen edo pentsamendu eta sentimendu negatibo iraunkorren indar suntsitzaileari aurre egiteko.

Urduritasuna ez da arazo sinple bat. Etsai ikaragarria da, konplikazio larriekin eta ondorio zabalekin. Fisikoki, zaila da urduritasunak areagotutako edozein gaixotasun sendatzea. Espiritualki, gorputzeko energia biziaren desorekak oso zaildu egiten du bakea eta jakinduria lortzeko kontzentrazioa edo meditazio sakona egitea.

Zorionez, urduritasuna tratagarria da. Egoera hau jasaten duen pertsona batek prest egon behar du bere egoera aztertzeko eta pixkanaka kontsumitzen ari diren emozio suntsitzaileak eta pentsamendu

negatiboak ezabatzeko. Norberaren arazoan autoanalisiak eta egoera guztietan lasaitasuna mantentzeak urduritasun kasu gehienak senda ditzake.

Behar ditugun gaitasunak —pentsatzeko, hitz egiteko, sentitzeko edo jarduteko— Jainkoarengandik datozela konturatzen garenean, eta beti gurekin dagoela, inspiratzen eta gidatzen gaituela, estres psikologikotik berehala askatzen gara. Kontzientziario honekin batera, poz sakratuen distirak datoz, eta batzuetan argitasun sakon batek gainezka egiten digu, beldurrezko pentsamenduak berehala uxatzen dituelarik.

Jainkoaren boterea ozeanoaren antzekoa da, gora eta behera doana, bihotza zeharkatzen duena garbiketa-prozesu batean, zalantza, urduritasun eta beldurraren oztopo ilusiozko guztiak kenduz.

Gizakiek askotan uste dute gorputz fisikoak besterik ez direla, baina hau ilusio bat da, meditazioaren bidez beren izaki espiritualarekin konektatuz gaingitu daitekeena. Orduan, konturatuko dira gorputza unibertsoaren ozeano zabalean flotatzen ari den jarduera-burbuila bat baino ez dela.

Antsietatea jasaten duen pertsona batek bere egoera ulertu eta inguruko bizitzarekin duen harmonia eta bateragarritasun faltaren erantzule diren akats kognitibo iraunkorrak aztertu behar ditu. Antsietate handiko pertsona batek, behin bakarrik bada ere, bere gaixotasuna ez dela misteriotsua, ohitura pertsonalen ondorio logikoa baizik, onartzen duenean sendabidearen erdia lortu duela dagoeneko!

Kitzikapenak nerbio-sistemaren oreka apurtzen du, energia kopuru handia gorputzeko atal batera bidaliz eta beste atalak ohiko zatia kenduz.

Nerbioetara energia banatzeko desoreka hau da urduritasunaren kausa eta arrazoia. Pertsona lasai batek zirrara saihesten du, badakielako Jainkoak bizitza eta bere gaiak kudeatzen eta zuzentzen dituela, eta hori jakinda (beldurrak nerbioak moztu ditu), psikologikoki erlaxatuta mantentzen saiatzen da, eta horrela bizitzako zirkunstantzien eta egoeren aurrean lasaitasunez aurre egin diezaieke, bere nerbio-indarrak orekatuta daudelako.

Gogo zorrotz eta lasaia mantenduz, bizitzaren ilusioetatik askatzen da eta esperientzia atseginek dakartzan zirrara gainditzen du. Proba desatseginei dagokienez, ahalegintzen da hauek bere bakea asaldatzen edo barne lasaitasuna lapurtzen ez uzten. Hau da lortu eta lortu behar dugun helburua.

Nerbio-sistemak energia bizia ematen die garunei, bihotzari eta gainerako organo guztiei. Bost zentzumenei ere banatzen die energia: ikusmena, entzumena, ukimena, dastamena eta usaimena. Nerbioak dira gure inguruko munduarekin komunikatzeko bitartekoa eta gure erantzun sentsozial guztien iturria. Horregatik, ezinbestekoa da gure nerbio-sisteman oreka perfektua mantentzea, gorputzeko atal bat energia-igoera gehiegiz gainezka ez egitea eta, aldi berean, beste eremu batzuk ezinbesteko elikadura horretatik kentzea saihestuz. Bizitzako oreka eta helburu zilegien lorpena ez dira lortzen antsietatearen edo eztanda emozionalaren bidez, baizik eta lasaitasunaren eta Jainkoarenganako fede sakonaren bidez.

Yoga-ek metodo bereziak dituzte ehun erreak biziberritzeko, energia bizia nerbio partzialki kaltetuetara bidaliz. Nerbio-sistemako zelula eta ehun guztiak egitura bizidun eta adimentsu bat dira. Bizi-indar edo energia honek egitura hori etengabe

berritzeko ahalmena du, bateria agortu bat kargatzen den bezala.

Bi urduritasun mota daude: psikologikoa eta mekanikoa, edo azalekoa eta organikoa.

Suminkortasun psikologikoa da mota ohikoena, kitzikapen edo asaldura mentalak eraginda. Egoera honetan etengabe murgiltzeak, haien adiskidetasunetik etekinik ateratzen ez duten edo ezer positiborik egiten ez duten pertsona errebeldeekin harremanetan jartzeak eta elikadurari eta bizimoduari buruzko ohitura osasungaitzek suminkortasun kasu konponezinak adierazten dituzte.

Janaria sinplea, orekatua eta ez gehiegi kontsumitua izan behar da. Ariketa erregularra izan behar da. Gehiegi lo egiteak nerbioak lokartzen ditu, eta gutxiegi lo egiteak, berriz, kaltegarria da. Baina kontuan hartu beharreko gauza garrantzitsuena laguntasuna arretaz eta jakinduriaz aukeratzea da. Esadazu pertsona baten lagunei buruz, eta pertsona horren berri emango dizut. Lausengatzaileek eta isekatzzaileek ez dute ezer laguntzen. Hobekuntza pertsonalerako komunitate bat bilatu behar dugu: egia esaten diguten eta hazten laguntzen diguten pertsonak. Lagun onenak gure bizitzak hobetzeko erabil ditzakegun moduak eta egin ditzakegun gauzak apalki iradokitzen dituztenak dira.

Kritika gogorra, gaiztakeriaz eta gogorkeriaz egindakoa, norbaiti buruan mailu batekin jotzea bezalakoa da, maitasuna askoz indartsuagoa eta onuragarriagoa den bitartean. Maitasunez eta ulermenez emandako iradokizun atseginek mirariak egiteko ahalmena dute, kritika mingarriak, berriz, ez du ezer baliotsurik lortzen.

Pertsona batek besteak epaitzeko gaitasuna lortzen du bere izaera garbitu eta ezagutzaren

argiarekin bere ezjakintasunaren iluntasuna uxatu duenean bakarrik. Etapa horretara iritsi arte, hobe da bere burua aztertzea eta bere pertzepzioak zuzentzea, besteak kritikatu eta iraintzea baino.

Tenperamentu lasaiko jende jakintsuarekin elkartzea da urduritasuna kentzeko eta gure identitate espirituala aurkitzeko modurik azkarrenetako eta eraginkorrenetako bat.

Pertsona urduriek ez lukete gehiegi nahastu behar beren antzeko beste pertsona urduri batzuekin.

Barne bakea landu behar da urduritasuna gainditzeko. Naturalki lasai dagoen pertsona batek bere lasaitasuna mantentzen du eta eroso jarraitzen du edozein egoeratan. Ez die emozioei uzten kontrolatzen eta erabaki txarrak hartzera eramaten. Ez dira engainatzen oportunistek merezi gabeko abantailak lortzeko erabiltzen dituzten hitz leun eta eztitsuekin. Beren lasaitasun naturalari esker, gutxitan erortzen dira desinformazio eta engainuaren biktima. Izan ere, haien bihotzak agerian uzten du harremanetan dauden pertsonen benetako izaera eta haien asmoak zehaztasun handiz azaltzen ditu. Ez dute beren gorputza haserre eta beldurrez pozoitzen, eta horrek negatiboki eragiten die odol-zirkulazioari. Egia da ama haserre baten esneak eragin kaltegarria izan dezakeela bere haurraren. Eta froga ugari dago emozio bziek gorputza kaltetu eta suntsitzeko ahalmena dutela.

Oreka ederra da eta gure sentimenduen, pentsamenduen eta ekintzen oinarria izan beharko litzateke, eta gure bizitzak biratzen diren ardatza.

Arima handiek lasaitasuna eta bakea mantentzen dituzte, eta horrek bizitzako zailtasunak eta atsekabeak gainditzeko laguntzen die zentzua edo oreka galdu gabe.

Jainkoa nonahi dago, munduak kudeatzen eta galaxiak orbita infinituetan gidatzen. Eta gizateria, haren irudira sortua, bere bizitza kudeatzeko eta bere jarduerak kezkarik edo asaldurarik gabe koordinatzeko gaitasuna ere badu.

Beti bidali behar dizkiegu besteei maitasun, borondate on eta bake ideiak

Meditazioaren egituran, non ikuspegi sakonaren argia etengabe arimaren aldarean distiratzten den, ez dago antsietaterik, ez estresik, ez tentsiorik, ez urduritasunik, baizik eta lasaitasuna, serenitatea, autokonfiantza eta benetako zoriontasuna.

Bakea izan bedi zurekin

Isiltasunak ohartarazi zuenean

Isiltasunak ohartarazi zuenean

Isiltzeko promesa egiten dudanean

Nire maitearekin harmonian egon nadin

Unibertso zabala hartzen duten bere besoetan atsedean hartzen dut

Bere melodiak entzuten jarraituko dut

Eta bakearen eta zoriontasunaren abestiak

Mamu ezkutuak, agerpen sakratuak eta ikuskerak ikustea Guztia Jakiten duenarentzat

Baina ez zaitut ahaztuko

Isil-isilik eta arretaz behatuko zaitut

Nire gainetik ibiltzen zara belarretan, lurreko landaretzan

Edo adarrean loratzen ikus nazakezu, mahatsondo
hostoekin berde

Bihotz maitekor baten samurtasunarekin eta ama
errukitsu baten samurtasunarekin zainduko zaitut

Lorearen karminaren bidez, harmoniaz josita

Honek poza, zoriontasuna eta bakea ekartzen dizkizu

Besarkatuko zaitut eta haize leunarekin laztanduko
zaitut

Beldurretatik eta kez karen itzaletik erreskatatu
zaitzadan

Eta eguzki-argitan biltzen zaitut, sentimendu bero eta
intimo bat piztuz

Bakardadea dardarka sartzen denean muinean

Itsasoari begiratzen diozunean, bere sakonean ikusiko
nauzu

Bat nire Jaunarekin horizontean eta dendetako
Niloarekin

Gene distiratsu bat eta lapis lazuli preziatu bat ditu.

Ez dut hitz egingo, zalantzarik gabe, adimen zorrotz
batetik izan ezik

Eta bihotzaren sakonetik, nahi badut, errieta edo errua
botako dut

Zureganako maitasunagatik, konbentzituko zaitut, eta
bihotzez pasioz beteta

Agian gurtua irrikatzen duzu haurdun dagoen emakume
baten antzeko irrika batekin

Tentatuko zaitut, baina tentazio sendo batekin
Jaunaren maitasunaz gozatzeko, pasioaren iturria
Ahaztu nazazu nahi baduzu, baina ez ahaztu Errukitsua
Gaua zutaz pentsatzen igarotzen badut, gogoratuko
nauzu

Denbora guztian!
Gizakiaren azken helburua

Paramhansa Yogananda maisua

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

Loreak eta arrosak ederrak eta biziak dira, baina haien atzean askoz edertasun eta distira handiagoa duen lorategi bat dago. Lorategi hau guztiz gardena eta hasieran hautemateko zaila den arren, begi espiritualaren atetik dimentsio espiritualak barneratzen baduzu, eremu etereo hori arakatu eta bere mirariak gozatu ahal izango dituzu.

Lurreko lore edo arrosa baino gozoagoak eta usaintsuagoak diren erreinu leun horretan bizi naiz. Han, nire gogoaren erleak etengabe edaten du jainkoen presentziaren nektarra.

Gure arreta barrurantz zuzentzen dugunean eta gero eta gehiago bizi garenean barneko mundu ezkutu horretan, gure ezaugarri espiritualak forma bereziak hartzen dituztela ikusten dugu, deskribapena eta irudimena gaitzen dituen Jainkoaren gozotasuna hautematen dugun leihoko gisa jokatzen dutenak.

Jainkoaren bilaketa ez da hausnarketara mugatzen. Gure pentsamendu eta ekintzetan erakusten dugun kalitate on eta ezaugarri noble oro Jainkoaren presentziaren nektar ezkutu bihurtzen da gure baitan, gure kontzientzia nahikoa sakona bada.

Begi espiritualaren atetik igarotzen garenean, gure baitan ikusten dugu jarduera bizi eta adimentsuaren fabrika, unibertso osoaren atzean ezkutatuta. Gure arreta barrura zuzentzen ez dugunez, harriduraz eta miresmenez gelditzen gara naturan dagoen jainkozko espirituaren arrasto eta zigiluen aurrean. Jainkoaren produktuak ikusten ditugu; bere izen santua loreetan, zeruan eta guztian idatzita dago, baina isilpean geratzen da.

Gizaki gisa, oso zorte oneko gara, Jainkoaren izaki guztien artean, gizakiak bakarrik dituelako hura bilatzeko, aurkitzeko, ezagutzeko eta haren hizkuntza ulertzeko beharrezkoak diren talentu eta gaitasun fisiko, mental eta espiritualak... isiltasunaren hizkuntza.

Askoz ere onuragarriagoa da pertsona batentzat liburu eta artikulua erabilgarriak irakurtzea jarduera ez-produktiboetan denbora galtzea baino. Irakurtzea baino are handiagoa da Jainkoaz hausnartzea, haren handitasuna hausnartzea eta bizitzaren misterio mugagabe eta amaigabeak ulertzen ahalegintzea.

Bizitzaren helburua pertsona batek bere burua ezagutzea da, ingurune kosmikoa bere bihotzean taupadaka sentitzea, bere zainetan isurtzen eta bere izatea bakez, maitasunez, poztasunez eta lasaitasunez betetzen sentitzea eta hori da arrakasta handiena!

Gizaki gisa, aurrerapen handiena pentsamenduaren boterearen bidez egiten dugu

Egunero denbora pixka bat gorde beharko litzateke gaitasun mentalak garatzeko Irakurketa onuragarria baliotsuagoa da etengabe azaleko eta zentzugabeko jardueretan aritzea baino Eguneroko ordutegi logiko bat ere ezarri beharko litzateke ordena eta antolaketa bermatzeko

Hala ere, denbora gehiegi kudeatzea zurruntasun mota bat da eta saihestu egin behar da

Oreka ezinbestekoa da bizitzako alderdi guztietan. Gomendagarria da irakurgai erabilgarriak eskura edukitzea eta aisialdian aztertzea. Material horien artean garrantzitsuenak liburu espiritualak dira, ondoren lan zientifikoak, historia pixka bat, filosofia, literatura serioa, pertsonaia handien biografiak, bidaia-kronikak eta norberaren ikuspegia zabaltzeko eta inspirazio sakona eman dezakeen beste edozein datoz.

Liburuak lagun leialak izan daitezke, eta kalitate handiko aukeraketak ere onura handiagoak ekarriko ditu. Hasieran, pentsalari handien irakaspen espiritualen eta ideien funtsa ulertzea zaila iruditzen daiteke, baina denbora baten ondoren, haien idatzietan hausnartzen eta haien pentsamenduekin harremanetan jartzen aurkituko duzu zeure burua. Zerbait baliotsua lortu duzula sentituko duzu, pertsona jakintsu horiek guztiek beren jakinduria eta ezagutza Jainkoaren jakinduriaren altxor infinitutik aterabaitzuten; baliteke zure bizitzan inoiz kontuan hartu ez zenituzkeen ideiak.

Hala ere, asko dira etengabe irakurtzen dutenak, baina ezin dizuten ezer baliotsurik eskaini. Liburu bat irakurtzeko modurik onena bere edukian hausnartzea eta zure bizitzan nola aplikatu daitezkeen ikustea da. Distira handiz, ez zenuke itsu-itsuan onartu behar irakurtzen duzun guztia. Irakurtzen duzunak zure adimena elikatu eta zure logika ase behar du. Benetan irakurtzeko modukoak izateko, liburuek zure pentsamendua piztu behar dute, eta orduan zure adimena garatzen eta zabaltzen sentituko duzu.

ezagutza zuzena.

Irakurtzen edo meditatzen ez dutenek, baina helburu eta esanahirik gabeko bizitza azalekoak bizi dituztenek, ez dute ulermen sakonik lantzen eta ez dute ezagutza ziurrik lortzen. Harmoniak gure pentsamendua inspiratzen duen eta gure adimena inspirazio handiagoen argiarekin argitzen duen jainkozko boterearekin lerrokatzen gaitu. Meditazioa goi-nira iristeko bidea da. Gizakiek oker egiten dute beren burua irakurtzen ez badute, baina meditazioa irakurtzea baino are hobea da.

Irakurtzea maite dut, baina ia ez ditut bi orrialde irakurtzen beste zer baitetan arreta jartzera deitu aurretik. Horregatik, irakurtzea meditazioarekin ordezkatu dut. Nire arimaren sakonean murgiltzen naizen heinean, argi distiratsuak agertzen dira, eta poz handiena sortzen da, egun osoan zehar laguntzen didan poza. Hori da nire bizitzan bizi izan dudana, eta Jainko Bedeinkatuarekin arimaren xuxurla eta bihotzaren irrikan elkartzen diren guztiek bizi dutena.

Denbora oso preziatua da alferrik galtzeko. Jainkoak orekatuta egotea nahi du. Bere bizitza desorekatzen uzten duen edonor lege unibertsalak zigortuko du. Soiltasunez bizi bazara, egunero ariketa fisikoa egiten baduzu, liburu onuragarri eta baliotsuak irakurtzen badituzu eta Jainkoaren eguneroko kontenplazioaren ohitura lantzen baduzu, zure zentzumenak poz-pozik taupadaka ibiliko dira, bizi-korronteak zure odolean zehar igaroko dira eta zure gorputzeko zelulak inoiz bizi izan ez duzun arintasun eta energiaz beteko dira. Eta irrikatzen duzun ezagutza guztia zure barneko espiritutik jasoko duzu.

Betidanik izan da horrela nire bizitza. Ez ditut hogei liburu irakurri hogei urtetan. Ez nago harro horretaz, eta meditazioaren bidez lortu dudan jainkozko kontzientzia espiritualik ez balitz, guztiz ezjakina izango nintzateke.

Liburu bati begiratzeko diodanean, konturatzen naiz bertan dauden egiak Jainkoak jada agerian utzi dizkidala. Ideia eta egia bikain guztiak Jainkoarengandik datoz, Guztia Jakiten duenarengandik. Horietan meditatzen baduzu, zuzenean jasoko duzu haren jakinduria. Beraz, liburu onak irakurtzea hobea da denbora alferrikako ahaleginetan galtzea baino, eta irakurtzea baino are hobea da meditazioa eta Egia Absolutuaren, hau da, Jainkoaren, kontzientzia lantzea.

Lege Unibertsala eta Kontzientziaren Bilakaera

Aro eta leku ezberdinetan, gizateriak arrazoimenaren bidez bizitzari eta arimari buruzko ideia asko eskuratu ditu. Adibidez, basati tribu bateko kide batek buruko mina duenean, bere familiak uste du bere arima gorputzetik ihes egin duela, beraz, azti-medikua deitzen dute arima itzultzeko. Medikua basora joaten da arimaren bila, aurkitzen du, berarekin eramaten du kutxa batean, eta pazientearen buruan sartzen du berriro, eta buruko mina desagertzen da nagusi den sinesmenaren arabera.

Beste kultura batean, gaixo baten "doministikua" gorputzean kakoak (punta zorrotzeko burdina kurbatuak) jarritz egiten da, doministiku egitean arima ihes egin ez dezan, baizik eta kakoek harrapatuta gera dadin!

Batzuek arrazoibide okerrengatik giza psikeari buruzko ondorio okerretara iritsi diren bezala, beste batzuek — benetako ulermenaren bidez— ulermen desberdin, sakonago eta sendoago bat lortu dute. Badakigu arima ez dela arnasa, pertsona batzuk denbora luzez koman egon direlako arnasa hartu gabe, eta horrek erakusten du arima ezin dela arnasara mugatu. Arimak arnasa eta beste edozein egoera fisiko gainditzen ditu.

Pertsona batek espiritu bat dela uste duen ala ez, lege unibertsalak bere izaera espirituala agertzera behartzen du

oraindik. Bere lana edo bizitzako posizioa edozein dela ere, bere kontzientzia garatu eta hedatu egiten da bere adimena modu sortzaile eta onuragarrian erabiltzen duen bakoitzean. Ekintza eraikitzaile orok giza garapenean laguntzen du eta bere ulermena zabaltzen du.

Baina jendeak askotan beste zerbaitetan pentsatzen du zerbait egiten ari den bitartean, eta ez dakite egiten ari diren horretan arreta jartzeko modu egokia. Gauza bakar batean pentsatzen ikasi behar dugu gure indar mental guztiarekin. Gure arreta osoa gauza bakar horretan bakarrik jarri behar da. Pertsona ez da letargikoa, gogorik gabea edo erantzunik gabea izan behar. Gauzak alferki eta arduragabetasunez egiteak energia galtzea dakar eta, ondorioz, porrotera eta zoritxarrera.

Ez litzateke norberak bere burua iraunarazten duen makina psikologiko hutsa izan behar, instintuz jokatzeko duen animalia bat bezala. Akats larria da norbera esnatzea eta bere gaitasun mentalak ez aktibatzea. Jainkoak eman dizkigu gaitasun horiek eta nahi du zentzuz erabiltzea eta egiten dugun guztiaz guztiz jabetuta eta kontziente izatea.

Ekintza bat egin aurretik arretaz pentsatu behar dugu, eta gure adimena erabili Sortzaile Ahalguztidunarekin dugun batasun ezinbestekoa hazten eta gauzatzen laguntzen diguten moduan. Egiten dugun guztia arrazoibide sendoan eta plangintza jakintsuan oinarritu behar da.

Gizateriaren betebeharra da helburu nobleak lortzeko ahalegina egitea. Gai hutsal eta hutsalei arreta jartzea energia mentalaren xahutze alferrikakoa da. Adimenaren lorategiko belar txarrak errotik atera eta jainkozko maitasunaren loreekin apaindu behar dira, edertasuna maite duen Jainko ederra erakar dezan. Adimen-lorategi hau jakinduriaren lurzoruan loratzen eta hazten jarraitzea nahi baduzu, bizitza sinplifikatu eta konplexutasunetik askatu

behar duzu. Dena arretaz eta gogo fokatu eta distraitu gabe batekin eginez, zure jarduerak aztertu ditzakezu, garrantzitsua eta funtsezkoa dena hautatuz eta azalekoa eta beharrezkoa ez dena baztertuz. Zeregin bat amaitutakoan, adimena bertatik erretiratu eta beste sormen-asmo batzuk lortzeko erabil daiteke.

Gizakiek jainkoarekiko duten kontzientzia lantzen ikasi behar dute, hain zuzen ere helburu horrekin sortu baitziren. Eboluzioaren legeen arabera sortu ziren existitzera, Jainkoa aurkitzeko beren botere sakratuak erabil zitzaten. Animaliek ez dute gaitasun hori. Lahiri Mahasaya irakaslea animaliei azkarrago eboluzionatzen laguntzeko zientzia batean lanean ari zen, baina ez zen bizi izan hura amaitzeko. Nik ere baditut beheko bizitza formen eboluzioa bizkortzeko metodo batzuen ezagutza. Baina zer gertatzen da animaliak bezala bizi eta jokatzeko duten milioika gizakiekin? Mundu honetan bizi dira eta gero beren helburua bete gabe joaten dira. Helburu hori lor dezakete orain, beren botere mentalak fokatzeko badituzte eta behar bezala erabiltzen badituzte.

Bizitzaren zentzu bakarra Jainko maitekor eta jatorra aurkitzea da. Hura aurkitu behar dugu. Jendea etengabe eta nekaezin bilatzen ari da haren bila.

"Beste gauza horrek" zoriontasun osoa eta iraunkorra ekarriko diela espero dute

Jainkoa bilatu eta aurkitu zutenei dagokienez, bilaketa amaitu da, Jainkoa baita gauza handi hori!

Naturak jainkozko presentzia ezkututzen du

Zergatik eman zitzaion tentazioa gizateriari? Agian izaki goren horren irrika izan zezaten, lurreko edozein tentazio baino erakargarriagoa eta erakargarriagoa. Gizateria alde guztietatik inguratzen duten lurreko tranpa eta tranpak ez

dira haiek harrapatzeko, baizik eta haratago dagoena bilatzera bultzatzeko eta motibatzeko, eta galdetzera eramateko: "Nork sortu ditu gauza hauek guztiak? Nork sortu nau ni? Nor naiz ni? Non zaude, Jauna? Zergatik zaude niregandik ezkutatuta? Hitz egin iezadazu!"

Galdera hauekin zuzenean Jainkoarengana jotzen duzunean, Hark erantzuten dizu. Jende gehienak ez ditu sakonki aztertzen berari egiten dizkioten erreguak, eta, beraz, ez dute aurkitzen edo deskubritzen.

Bihotzetik hitz egin behar diogu Jainkoari, arimaren tenpluan. Irrikitan dagoen dizipuluak dei egiten dio, esanez:

"Jainko maitea, ezin dut gehiago jasan zuk sortu eta naturan gorpuztu duzun edertasuna bakarrik ikustea, baina zure aurpegia ikusi nahi dut, naturako lore guztiak baino delikatuagoa eta munduko aurpegi guztiak baino ederragoa dena. Naturaren atzean zer dagoen ulertu nahi dut."

Norbaitek aurpegia maskara batekin estaliko balu ere, jakingo zenuke gizaki bat han zegoela. Era berean, natura belo handi baten antzekoa da, jainkozko presentziaz puztuta. Jainkoa naturaren beloen eta maskaren atzean dago, baina gizateriak begirada iheskor eta azalekoa botatzen du eta ez du naturaren gortinen atzean ezkutatuta dagoen izakiaren presentzia hautematen.

Isiltasunean, geldirik eta arretaz meditatzen nagoenean, poz-dardara bat sentitzen dut nire baitan eta Jainkoa xuxurlatzen entzuten dut: "Hemen nago".

Jainkoak eman digun adimena zerurako atea da: bere erreinuko kanpoko atea. Baina jendeak ez du behar bezala erabiltzen. Ez dugu lur hau utzi arte itxaron behar gure adimena Jainkoa bilatzeko erabiltzeko. Orain da garaia, eta hemen dago. Lur honetan dauden bitartean bizitzaren

misterioak eta existentziaren sekretuak bilatzeko beren adimena erabiltzen ez dutenek ez dituzte beste inon aurkituko.

Jainkozko Nia Aurkitzea

Hainbat modu daude espiritu kosmikoa edo jainkozko nia aurkitzeko. Isiltasuna horietako bat da. Isiltasuna behatzeak kanpotik kontzientzian sartzen saiatzen diren desio guztiak isilaraztea esan nahi du, eta horrek bilatzaileari bere barne-nian sakontzen eta bere arimaren esentzia ukitzen laguntzen dio.

Beste modu bat jainkozko maitasunaren bidez da, edo Jainkoari bihotzez hitz egitea, irrikaz eta zintzotasunez. Labur hitz egitea eta gero ahaztea alferrikakoa da eta ez du jainkozko erantzunik ekartzen. Zaila da Jainkoa aurkitzea, jende gehienak ez baitu espiritualtasuna serio hartzen, eta erregu-metodoak ere gehienetan ez dira eraginkorrak, sakontasun eta zintzotasun nahikorik ez dutelako. Otoitzak sakontasun eta grinaz errepikatu behar dira kontzientzia handiago batera iritsi arte. Arima Jainkoaren irrikaz erretzen den otoitza da otoitz arrakastatsua eta eraginkorra. Seguruenik, behin otoitz egin duzu modu honetan, agian zerbait etsi-etsian nahi zenuenean, edo diru-behar larrian zeundenean eta airea piztu zenuenean zure desirarekin. Horrela sentitu behar dugu Jainkoarekiko. Harekin hitz egin behar dugu, eta orduan entzun eta erantzuten aurkituko dugu, bera baita Entzuten duena, Erantzuten duena.

Yoga Jainkoarengana iristeko eta harekin konektatzeko modurik eraginkorrenetako bat da. Hainbat meditazio praktika biltzen ditu, zientifikoak eta eraginkorrak direnak. Indiako jakintsu handiek ulertu zuten logikak agintzen duela badirela lege zehatzak eta Jainkoarengana hurbiltzeko modu espezifikoak, Jainkoak unibertsoaren gaiak gobernatu eta kudeatzeko erabiltzen dituen lege zehatzak dauden bezala.

Indiako irakasleek yogaren lege zientifikoak aurkitu zituzten beren iraunkortasunari eta beren gaitasun mental izugarrien aplikazioari esker. Yoga ikerketa espiritualaren arloko zientzia esperimental garrantzitsuenetako bat bihurtuko da.

Jainkoarekiko harmonia santua guztiek praktikatu beharko lukete Hau egin zuten handiek beren dizipuluekin mendeetan zehar Ez nago hemen jainkozko presentziaren gozotasunaz hitz egiteko soilik; nire helburu nagusia besteez bizi dezaten ziurtatzea da Ez dut denborarik galtzen Dena Jainkoarentzat bakarrik egiten dut eta haren omenez Hain murgilduta nago haren pentsamenduetan, ezen ez bainaiz konturatzen denboraren joan-etorriaz eta eguneroko zereginen nekez Lanean ari naizenean ere, haren presentzia sentitzen dut

Ez nago Jainkoarengandik banandurik, ezta segundo bakar baterako ere

Hori da nahi nuen egoera eta gogor lan egin nuen horretarako

Bakea izan bedi zurekin

Autoezagutzaren Horizonteetan

Jainkoak gehien maite duen tenplua bere debotoentzat barne-bakearen eta lasaitasunaren tenplua da, meditatzeraz eta elkartzeraz sartzen diren tokia, mundua eta bere distrakzio amaigabeak atzean utziz. Pertsona batek bere baitan edertasunaren eta bake espiritualaren tenplu bat ezartzen duenean, Jainkoaren presentzia sumatu eta haren hurbiltasuna sentitu ahal izango du. Bestela, munduko ilusioak asko eta betidanik daude, eta haren kezkek bihotza betetzen dute.

Batzuetan pertsona bat etsita sentitzen da, Jainkoa bilatzeko berandu dela pentsatuz. Baina Eskriturek esaten digute pertsona batek mundu hau engainagarria eta engainagarria dela, eta arima bakarrik dela betikoa eta betikoa konturatzen bada, orduan mundu hobeago batera sartuko dela lur honetatik behin betiko joan ondoren, nahiz eta kontzientziazio hori heriotza baino une bat lehenago gertatu.

Gutako bakoitza lehenago edo beranduago lur honetatik kenduko dugu, eta beraz, orain bizitzaren helburua ulertu behar dugu. Mundu honetako giza esperientziaren oinarritzko helburua bizitzaren zentzua bilatzera bultzatzea da. Ez gaituzte itsutu behar gizateriaren etengabe aldatzen eta mugitzen ari den prozesio honek. Denboraren karabanak bere bidaia jarraitzen duen heinean, azkenean konturatuko zara Bakarra, Ahalguztiduna zarela. Jainkoa ezagutzea zure helburu bihurtu, eta jakin ezazu bizitzaren sekretuaren bilaketa serio eta zintzo batek zailtasun asko aurreztuko dizkizula eta beldur askotatik salbatuko zaituela.

Heriotzaren, porrotaren, arazoen eta atsekabeen kezkak izua pizten du pertsonaren barruan. Pertsona batek ezin duenean bere buruari lagundu, eta bere familiak eta lagunek ezin diote ezer eskaini, etsipenak gainezka egiten dio, eta mundua iluntzen zaio begietan. Baina ez dago egoera horretara iristeko beharrik. Jainkoagan pentsatzen badute bizitza osoan zehar eta harekin harremanetan jarraitzen badute, gertu aurkituko dute zailtasun garaietan eta egun zailetan.

Beste edozein gizaki gurekin egon aurretik, nor zegoen gurekin? Jainkoa. Eta lur hau uzten dugunean, nor egongo da gurekin? Jainkoa eta beste inor ez. Baina zaila izango da orduan hura ezagutzea orain hura ezagutzen saiatzen ez bagara. Jainkoa zintzotasunez eta sakonki bilatzen baduzu, aurkituko duzu, eta beti zurekin dagoelako ziurtasuna

indartuko da. Kezkak eta ilusioak alde egingo dizute, eta ez zaituzte gehiago engainatuko.

Existitzen den guztia tentazio bat da gizateria Jainkoarengandik urruntzeko Baina Jainkoa askoz erakargarriagoa da lurreko edozein tentazio baino. Begirada bat emango bazenio, egia hau ulertuko zenuke eta otoitzaren, hausnarketa espiritualaren eta irmotasunaren bidez aurkitu ahal izango zenuke. Jainkoa aurkitzeko erabakia irmoa izan behar da. Zaila da pertsona batentzat Jainkoa ezagutzea, bere pentsamenduak gauza batetik bestera hegan dabiltzan bitartean, luma bat haizean bezala. Jainkoak guregana etortzea nahi du, baina ez diogu Harekin lankidetzan aritzen, ezta uzten ere. Gizateriarentzat erraza da plazer sentsual laburrak bilatzea eta denbora galtzea entretenimenduetan, festetan eta gizarte-bileretan. Egia esan, "Mundu honetako bizitza entretenimendua eta dibertsioa, apaingarria eta harrokeria, eta aberastasuna eta seme-alabak handitzeko lehia besterik ez da".

Jainkoak gauza bat eskatzen badu, giza maitasuna da. Isil-isilik jotzen ditu gure bihotzetako ateak, berarengana itzultzeko deituz, baina jende gehienak ez du itzultzeko gogorik. Hala ere, mundua iluntzen zaienean begien aurrean, eta arazoen tranpetan harrapatuta daudenean edo gaixotasunen biktima direnean, presaka joaten dira Hari otoitz egitera eta Haren laguntza bila. Zoriontasun eta oparotasun garaietan Jainkoaren eta bere buruaren arteko harmonia eta akordio loturak sendotzen dituenak, Jainkoa aurkituko du bere ondoan behar duenean. Baina harreman hori sendotzeko atzeratzen duenak bere burua kondenatzen du zailtasunei aurre egitera eta bakarrik borrokatzera, harik eta jakinduriaz eta amore osoz, betiko lagunarengana jo eta Haren ate atsegina jo arte.

Gizateriaren kopuru handien artean, oso gutxi dira Jainkoa benetan eta zintzoki bilatzen dutenak. Non daude duela berrehun urte lur hau beraiena zela uste zutenak? Guztiak joan dira, eta agian gutxi batzuk baino ez dira, Jainkoarengana jo eta beren burua ezagutu zutenak, bizitzaren errealitatea benetan ulertu zutenak. Hala ere, belaunaldi bakoitzak bizitza hau erreala dela uste du!

Baina ilusioak engainatu zituen, haiek bezala

(Eta belaunaldiz belaunaldi kontatzen ari da!)

Hemen aldi baterako egonaldian, gizateriak garrantzi handia ematen dio ikuskizun honi. Hala ere, ez gara gehiegi murgildu behar bertan eta bere gertakari amaigabeetan, hala egiten badugu, Jainkoarengandik urrunduko baikara, etengabe ahalegintzen baita, bide eta metodo amaigabeen bidez, guganako duen kezka sakonagatik eta gutarekiko duen maitasun izugarriagatik, berarengana erakartzeko. Berak aurkezten dizkigu ikusi nahi ditugun mirari guztiak: hazten ari diren gauzen mirariak eta naturaren ordena infinituki zehatza. Loreen eta arrosen atzean dago, eta zintzotasunez bilatzen duenak, zalantzarik gabe, aurkituko du. Zientzialari naturalak ez zirenitsu-itsuan otoitz eginez iritsi aurkikuntzetara, zientzia enpirikoaren legeak jarraituz baizik. Era berean, zientziaren lege espiritualak zintzo eta sutsuki erabiltzen dituenak automatikoki aurkituko du Jainkoa bere ondoan. Gizateriak bere begi espiritualak ireki eta konturatzeko garaia da Jainkoa aurkitzeak bere legeen betetze zorrotza eta grina irmoa eskatzen duela.

Nazio desberdinak arte eta zientzia desberdinetan espezializatu dira. Indiak Jainkoa ezagutzeko arte zientifikoa menderatu du, baina hala ere, xarlatan asko daude Indian ere, eta beraz, beharrezkoa da faltsuaren eta benetakoaren artean bereiztea.

Oreka aurkitu behar da ezagutza espiritualaren eta zientzia naturalen artean. Oreka hori gabe, gizabanakoak eta nazioak miseria eta suntsipenaren erdian estropezu egingo dute. Mundu modernoko buruzagiak espiritualki argituak balira eta elkarrekin lan egingo balute, gerra eta pobrezia lurretik desagerrarazi ahal izango lituzkete urte gutxiren buruan. Kontzientzia espiritualak norberaren baitan eta beste izaki bizidun guztiengan jainkozko presentzia aitortzea esan nahi du. Kontzientzia honek bakarrik salba dezake mundua, eta hori gabe, ez dut bakerako itxaropenik ikusten. Gizateria bere buruarekin has dadila. Denbora oso preziatua da alferrik galtzeko. Betebeharrak behartzen gaitu Jainkoaren erreinua lurrera ekartzeko gure parte egitera.

Askok zalantzan jartzen dute Jainkoa bilatzea, bizitza ilun eta triste bihurtuko den beldurrez, edertasunik eta pozarik gabe. Baina kontrakoa da egia! Jainkoa benetan ezagutzen dutenek Harekin harmonia perfektuan aurkitzen duten zoriontasun hutsa hitzez haratago doa. Egunez eta gauez poz espiritualean nago. Poztasun hori Jainkoa da, eta hura ezagutzeak atsekabe guztiak estaltzea eta damurik gabe lurperatzea esan nahi du.

Jainkoak ez dio gizakiari triste, haserre, desolatu edo zimurtzeko eskatzen. Ez da Jainkoaren ulermen zuzena, ezta haren faborea lortzeko modu egokia ere. Zenbat eta bake gehiago bizi, orduan eta presentzia jainkotiarrago senti dezake. Zenbat eta zoriontasun handiagoa izan, orduan eta harmonia handiagoa izango du Jainkoarekin. Jainkoa ezagutzen dutenak zoriontsuak dira, Jainkoa poz handienaren iturria delako.

Jendeak zoriontasuna aurkitzen saiatzen da alkoholean, sexuan eta diruan, baina historiaren orrialdeak haien itxaropen hautsi eta amets betegabeen istorioz beteta daude.

Meditazioan eman dudan denborak nire bizitza izugarri emankorra bihurtu du. Mila ardo botila ere ezingo luke meditazioaren bidez bizi izan dudan estasia sortu. Poztasun horretan dago jainkozko gidaritza eta jakinduria. Pertsona bat Jainkoarekin harmonian dagoenean, nahi gabe huts egiten badu ere, jakingo du nola zuzendu bere akatsa, eta iritzi okerra adierazten badu, Jainkoak maitasunez gidatuko eta zuzenduko du.

Itxaronaldi nahikoa! Hitz hauek entzuten edo irakurtzen dituen orok badaki egia esaten dudala. Jainkoak eman dizkidan botere guztiak erakutsiko banitu, jendea niregana joango litzateke, ez Jainkoaren maitasunagatik, baizik eta mirarien ondorioz. Baina ez dut horrelako ikasle azalekorik nahi. Ez lukete botereak erakarri behar, baizik eta Jainkoaren maitasunak, eta hori da nire bizitzako helburua.

Jainkoa ezagutu izan ez banu, ez nuke horrela hitz egingo. Nahi izanez gero, denek ezagu dezakete. Ez dut jendea konbentzitzen saiatzen haien emozioei dei eginez, baizik eta haien gogoei hitz egiten diet, haien logikari eta bereizketari helduz. Fede itsua alferrikakoa da. Pertsonak Jainkoak eman dizkion ulermen gaitasunak aktibatu behar ditu eta ez ditu gauzak bere horretan onartu. Horren orde, bere joera eta praktika espiritualen atzean dauden kausak, efektuak eta logika ulertu behar ditu. Mila aho izango banitu, guztiak erabiliko nituzke Jainkoaz eta Harengana jotzearen eta ezagutzearen garrantziaz hitz egiteko.

Gizakiak ez daki zer galtzen duen Jainkoaren ezagutza galtzean, ez baitu inoiz benetan ezagutu! Eta behin Harekin konektatzen denean, ez dago lurreko botererik uxatu dezakeenik Nire desio bakarra zintzoei Jainkoaren zertzelada bat ematea da, izan ere, haren argia ikustea eta haren zoriontasuna bizitzea munduko altxor eta aintza guztiak baino gehiago balio du Jainkoa ezagutzeak lurreko edozein

plazer gainditzen du Eta gizakiak altxorren altxorra aurkitzen duenean, bere bihotzeko desio guztiak beteko dira Benetan, Jainkoak nire desio, amets eta nahi guztiak bete ditu

Ez dut orain gauzen bila saiatzen, etengabe niregana datozelako. Jainkoak bere burua ematen dizunean, zure desio guztiak beteko ditu. Ez duzu ezer eskatu beharko orduan, nahi duzun guztia zure esku egongo baita. Baina lehenik, Jainkoari frogatu behar diogu bera nahi dugula ematen dizkigun opari guztiak baino gehiago.

Jainkoak deitzen gaitu eta Berarengana jotzea nahi du. Irakasle handiak aitzindariak dira, eta haien urratsei jarraituz gero, haien ezagutza eta esperientziaz baliatu ahal izango gara, gure helburua definitzea eta segurtasunera iristea erraztuz. Pertsona bat jakintsu handi batengandik ikasiz jakintsu handi bihur daitekeen bezala, bilatzaile bat ere izaki espiritual handienetako bat bihur daiteke jainkozko ezagutza duen irakasle batengandik ezagutza eta jakinduria eskuratuz.

Ikatz zati batek ez du eguzki-argia jasotzen ezta islatzen ere, baina diamante batek bai. Era berean, zalantzak, negatibotasunak eta apatia espiritualak gogortutako adimenek ezin dute jainkozko argia jaso. Diamanteen antzeko adimenek, ordea, zintzotasunez, fedez, iraunkortasunez eta benetako determinazioz beteta, jainkozko kontzientziaren argia jaso eta jakinduria sakratua islatu dezakete.

Jende gehienarentzat, erlijioa familia-tradizio bat, onura sozial bat edo moralari eta etikari lotutako ohitura bat besterik ez da. Ez dute erlijioaren funtsa eta garrantzia benetan ulertzen.

Jainkoa bizitzaren azken behar gisa bilatzen ez dutenek ez dute erlijioaren esanahia ulertzen Zergatik saiatzen dira

pertsona guztiak dirua bilatzen? Beren erosotasunerako eta ongizaterako ezinbestekoa dela uste dutelako Ez dute inor behar egia ageriko hau irakasteko, primeran ezagutzen baitute Zergatik, orduan, ez du ulertzen jende gehienak Jainkoa ezagutzeko beharra? Bereizmen zuzena falta zaielako Nire bizitzaren hasieran ikusi nuen galdera batzuei emandako erantzun teologikoek ezin diotela arimari asebetetze osoa eman, haien egiak ezagutza eta esperientzia zuzenaren bidez probatzen ez badira

Adibidez, ama gaztetan galdu nuenean eta maite nituen beste senideak bata bestearen atzetik hil zirenean, bizitzaren aurkako matxinada isila sortu zen nire baitan, eta inork ezin izan ninduen kontsolatu edo bizitzaren eta heriotzaren errealitateak azaldu. Azkenean, erabaki nuen erantzuna neuk aurkituko nuela nire ahaleginen bidez. Eta honako zin hau egin nion neure buruari: "Ez dut ezer itsu-itsuan onartuko, baina unibertso honen Sortzailearengandik eta Maisuarengandik aurkituko dut erantzuna".

Jainkoari zuzenean eskatu nion bizitzaren misterioak azaltzeko, inork azaldu ezin zizkidanak.

Zergatik jaiotzen diren batzuk pobre eta beste batzuk aberats, batzuk itsu eta beste batzuk osasuntsu, eta beste batzuek ezin zuten misterio hau konpondu, Jainkoaren justizia eta errukiaren aurkakoa zirudiena. Azkenean, Jainkoak gidatu ninduen jainkozko batasun egoera lortu eta bizitzaren misterioen erantzun asegarriak aurkitu zituzten maisu espiritual argitu batzuek. Han, nire galdera guztiei erantzun asegarriak eta nire galderei azalpen sinesgarriak eman nizkien.

Mundu honetan muturreko erlijioso asko daude. Batzuek erlijioaren ulermen emozionala baino ez dute, eta haien emozioak manipulatzeko direnean, erlijio-histeriko bihurtzen

dira. Baina grina emozionalak pertsona baten Jainkoarekiko lotura eten eta haien ikuspegi espiritualak lausotzen du.

Pertsona emozionalak beti behar dute zerbait beren sentimenduak pizteko eta beren grina espiritualak pizteko. Logikoki eta arrazionalki hitz egiten duzunean, elkarrizketa jarraitzeko gogoak galtzen dute eta zure hitzak monotonoak eta aspergarriak iruditzen zaizkie. Baina besteen emozioak manipulatzeari engainu mota bat da, jendearen adimenaren aurkako irain bat eta egia espiritualak ezkutatzea.

Aldi berean, badira joera intelektualak dituzten erlijio-muturrekoak ere, hainbat teologia edo filosofia ikasketetan murgiltzea gustuko dutenak, beren burua engainatuz emozionalki bultzatutakoek baino ezagutza sakratu maila altuagoa dutela sinetsaraziz. Baina estimulazio intelektualak "silpekotasun" mota bat da, edo beste engainu mental mota bat, bilatzaileari nahi duena ematen ez diona, baizik eta haien emozioak piztea eta sentimenduak piztea lortzen duena.

Erljio-zale amorratuek ez dute erlijioaren ulermen sakonik; askotan errepikatzen dituzte benetan ulertu ez dituzten eta beren bizitzan duten eragina bizi izan ez duten gauzak. Galdera espiritual bat egiten badiezu, atsotitzak edo idatzi santuak aipatzen dituzte presaka, hor geldituko zarela espero baitute, elkarrizketa lasai, helburu zehatz eta logikorako gaitasunik ez dutelako. Ez da gehiegikeria esatea bozeramaile espiritual hutsak direla, eta haiekin harremanetan jartzea alferrikakoa da, hasieratik amaierara dena dakitela sinetsita baitaude, A-tik Z-ra.

Erljio fanatikoek ziur daude nolabait sinesten ez baduzu, zure patua suntsipena dela.

Irakasle jakintsu batek ez du modu honetan irakasten. Bere iritzia aurkezten du eta bere argudioak frogekin

babesten ditu. Erlijioak gure irrika espiritualak ase eta gure nahiak bete behar ditu, ez hitzekin, baizik eta frogatu ukaezinekin. Ez nuen inoiz hain zurrana izan nahi, non nire adimena erabili eta nire ikuspegia aktibatu ezin nuen. Nire irakaslea, Sri Yukteswar, ezagutu nuenean, esan zidan:

"Badira irakasle asko zure adimena itsutu eta haien logikari jarraitzeko agindu ondoren, eta ez beste ezeri. Baina nahi dut zure adimenaren begiak zabalik edukitzea, eta gainera, beste begi bat irekiko dizut, jakinduriaren begia".

Sri Yukteswarrek irakaspen bat eman dit, eta haren egia neuk hauteman dezaket. Horregatik abiatu naiz bide honetan, eta inork ezin nau mugitu edo okertu.

Beste muturreko bat dena jarraitzen duen eta ezeri eusten ez dion liberal libertarioa da!

Bere burua irekia eta zabala dela uste duenez, honakoa dio: "Bide espiritual guztiak onak dira, beraz, ez nau inork lotuko". Baina bide espiritual eta sinesmen erlijioso guztiei dagokien errespetu guztiarekin, ez litzateke izan behar etengabe norabide guztietan mugitzen eta hegan dabilen tximeleta espiritual bat.

Liberalismo faltsua eta fanatismo itsua saihestu behar dira, eta jakinduria bereganatu behar da ahalegin espiritualetan arrakasta izateko eta bizitzaren helburua aurkitzeko.

Jainkoarenganako egiten duen ahalegin oro Hark nabarituko du. Baina pertsona batek arrazoibide sendoan oinarritutako Jainkoarenganako bide bat jarraitzen ez badu, bere aurrerapen espirituala motela izango da. Zintzotasunezko bilatzaileek ezagutza batzuk lortuko dituzte, bainaitsu-itsuan sinesten eta mekanikoki otoitz egiten

dutenek enkarnazio asko eman ditzakete Jainkoarengana iritsi aurretik.

Bilatu zure joera emozional eta intelektualekin bat datorren bidea aurkitu arte, eta jarraitu bide horretan. Aztertu arretaz irakurtzen eta ikasten duzun guztia, eta ez onartu irakasle edo irakaspenik probatu gabe.

Bitxigile batek bitxi benetakoak eta faltsuak bereiz ditzake Era berean, benetako irakasle espiritual batek bereiz ditzake bilatzaile zintzoak eta jakin-min hutsak dituzten pertsonak Batzuek irakaspen espiritualak jasotzen dituzte, baina ez dituzte beren bizitzan aplikatzen Hala ere, edozein irakaspen espiritualen benetako onura bere espiritua xurgatu eta bere alderdi praktikoak eguneroko bizitzan aplikatzean datza Janariaz hitz egiteak edo ikusteak ez du gosea asetzen Gose den pertsona batek ase arte jan behar du Esaerak dioen bezala, "Hortzekin jaten duenak bere buruari mesede egiten dio"

Espiritualki bilatzen dutenei lehenik Jainkoa ezagutzen irakatsi behar zaie Diruan edo osasunean zentratzea helburutik aldentzea da Egia da dena Jainkoarengandik datorrela, baina beste gauza batzuk lehenesten dituztenek gauza horien mugak sentituko dituzte, aberatsenak eta osasuntsuenak izan arren. Irakasle espiritual trebe eta jakintsuak Jainkoa ezagutzen eta maite du, eta Jainkoarenganako duten nahiak beste desio guztiak gainditzen ditu.

Predikatzaile batek bere gidaritza espiritualala onartzera konbentzitzen saiatu zen, jarraitzaile asko izango nituela aginduz. Baina bere eskaintzak ez zidan gustatu, nire helburu bakarra Jainkoa baita, ez jarraitzaileak pilatzea. Benetako irakasleek beti saiatuko dira Jainkoa ezagutzeko nahia txertatzen; ez zaituzte inoiz kaleitsu batera eramango.

Erljioaren oinarrizko zutabea Jainkoarekin harmonia da Gurtza lekuak ez lirateke aisialdirako, dantzarako, film emanaldietarako edo maiz egiten diren gizarte-bileretarako leku bihurtu behar Aisialdirako jarduera hauek jendea Jainkoarengandik aldentzen dute Aisialdia gurtza lekuetatik kanpo mantendu behar da, jendeak helburu bakarrarekin bisitatu behar baititu: Jainkoarekin konektatzea Gurtza lekuetan jainkozko presentzia sentitzea da leku santu eta leku sakratu hauek bisitatzearen helburu nagusia Hori da bihotz-bihotzez sinetsi dudana eta horretan bizi izan naizena

Aurkitu dudan fruitu miragarri baten berri emango banizu eta egunero zehatz-mehatz deskribatuko banizu urte osoan zehar, inoiz dastatzen utzi gabe, ez zinateke nahikoa konbentzitura egongo bere balioaz. Era berean, egiaren inguruko sermoi eta hitzaldiak entzute hutsak ezin du arimaren gosea ase. Jainkoa ezagutzeko ahaleginik gabe entzutearekin konformatzen direnek asebetetze faltsu bat baino ez dute lortzen. Jainkoaren gose sakona sentitu behar da, hura zintzo eta zintzo bilatuz. Erljio-hitzaldi, sermoi eta hitzaldien helburua Jainkoaren irrika espiritual gero eta handiagoa piztea da ariman.

Noizean behin, Jainkoaren irrika sentitzen dudan norbait ezagutzen dut. Baina Jainkoa ezagutzea askoz handiagoa da hori baino! Jainkoa benetan ezagutzen duen bilatzaileak batzuetan unibertso osoa bere argiz beteta ikusten du: esperientzia harrigarri eta miragarria! Baina hori ezin da gau batetik bestera gertatu. Jainkoa ezagutzeak Jainkoaren ezagutzara eramaten duten bide eta metodo espiritual horien praktika luzea eta koherentea eskatzen du.

Zoriontasunaren nahia da desio guztien artean indartsuena Benetako eta iraunkorra den zoriontasuna Jainkoarengan bakarrik aurkitzen da Bere presentzia aurkitzen duzunean, poz izugarri batez betetzen zara, inon

edo beste ezertan aurkitu ezin duzun poz batez Nire irakasleak, Sri Yuktiswarrek, esan zidan:

Kontenplazioan eta harmonia espiritualean duzun pozak beste poz guztiak gainditzen dituenean, Jainkoa aurkitu duzu. Mundu osoa eman ez gero, ez zenuke jakingo nola kudeatu; zamatuta eta etengabe antsietatez sentituko zinateke denagatik. Erregeen, presidenteen, printzeen eta munduko ospetsuen bizitzak ezagutuko bazenitu, urduri eta haserre bizian daudela ikusiko zenuke, arazo-olatuak astinduak eta alde guztietatik datozen kezka-haizeak astinduta. Patuaren eskuetan dauden txotxongiloen antzera igarotzen zituzten egunak. Baina Munduko Argiarekin bat egiten duena pertsona benetan zoriontsua da. Ezer ez izan arren, dena dauka, zoriontasuna duelako. Jainkoarekin bat egiten duena ez da ezeren beldur, Jainkoa bere bihotzean bizi baita, eta Jainkoa bizi den bihotza beldurretik eta kezkatik libre dago.

Gurtza-leku guztiek helburu bat dute, eta horregatik maite ditut guztiak. Jainkoarekin benetako batasun-leku bihurtzen direnean, beren misio gorena betetzen dute. Leku hauek Jainkoaren ezagutzaren eztiz betetako erlauntzak bezalakoak izan behar dira, eta horretan datza haien garrantzia eta balioa. Jainkoak maite ditu berari guztiz dedikatuak diren bihotz zintzoak, eta bihotz horiek bisitatuko ditu, nahiz eta jabeak kanpoan gurtzen ari diren zeru zabalean. Jendea gurtzeko biltzen denean, Jainkoarenganako maitasunagatik eta haren presentzia sentitzeko nahiagatik egin behar dute. Bilatzaile zintzoak ez daude pozik dogmatismoarekin, zurruntasunarekin eta harrokeria teologikoarekin. Garrantzitsua da haien zat Jainkoarekin konektatzeko eta harengana iristeko modu eraginkorra izatea.

Pertsona batek Jainkoa bere izate osoz maite duenean, bere ekintza guztiak egian oinarrituko dira, eta Jainkoarekiko maitasunak ez dio utziko jendea bere interes berekoien alde esplotatzen edo engainatzen.

Ilunpea zenbateraino sakona izan arren, argiak uxatu egiten du piztuta dagoenean. Jainkozko maitasunaren lanpara gure baitan pizten badugu, ezjakintasunaren iluntasuna desagertuko da. Yoga espiritualaren zientziak bilatzaileari Jainkoarengan arreta jartzen eta bihotzeko maitasuna Harengana zuzentzen laguntzen dio. Gainera, metodo zientifiko frogatua eskaintzen du bilatzaileari Jainkoa erabat maitatzeko beharrezkoa den harmonia sakratua lortzeko.

Jainkoak gure familia eta lagunak maitatzeko gaitasuna eman digu, eta gaitasun hori erabili beharko genuke bera maitatzeko, lurreko gure maiteenak maite ditugun bezala. Norbaitek esan ahal izan beharko luke: "Maite zaitut, Jauna, aita batek bere semea maite duen bezala, maitale batek bere maitea maite duen bezala, lagun batek bere laguna maite duen bezala, maite zaitut, maitasun guztiaren eta existentzian dagoen on guztiaren iturria zarelako, eta nire aita, ama, laguna, maisua, maitea eta niretzat existitzen den guztia zarelako".

Pertsona batek Jainkoa bihotzez maite duenean, maitasun hori sentitzen du egunez eta gauez.

Jende askok gaur "nire maitea" edo "nire lagunik minena" deitzen dizu, baina bihar arrazoi batengatik edo besteagatik abandonatzen zaitu. Hau ez da maitasuna. Jainkoaz betetako bihotzak dituztenek ezin diote inori minik egin. Jainkoa baldintzarik gabe maite duzunean, hark zure bihotza betetzen du guztiontzako duen maitasun hutsaz. Maitasun hori edozein giza mihik deskribatzeko duen ahalmenetik haratago doa.

Pertsona batek ezin du Jainkoa bihotz-bihotzez maitatu bere burua ezagutzen ez badu. Autoezagutza hau batzuetan inkontzienteki gertatzen da lo sakonean, norberak bere burua espiritu gisa izateaz jabetzen denean. Baina meditazioaren bidez ere lor daiteke. Pertsona batek bere burua espiritu gisa ezagutzen duenean, Jainkoaren presentzia aurkitu du barruan. Ilargiaren isla ez da argi ikusten ur lainotsu edo nahasietan, baina uraren gainazala lasai eta garbi dagoenean, ilargiaren irudia ezin hobeto agertzen da. Hau egia da gogoarekin ere: gogoa bakean dagoenean, argi ikusten duzu zure arimaren ilargi-itxurako aurpegia, arimak Jainkoaren islak baitira. Meditazioaren bidez, gogoaren aintziratik pentsamendu nahasiak ateratzen ditugunean, geure burua jainkozko espirituaren isla huts gisa hautematen dugu, eta konturatzen gara arima eta Jainkoa bat direla.

Yogak gorputzetik energia eta kontzientzia ateratzen eta haien iturrira bideratzen irakasten digu, hau da, Jainkora. Bizi-indarra kontzientzia fisikotik kontzientzia jainkotiarrrera erregulatzen eta eraldatzen ere irakasten digu.

Pertsona batek Jainkoari otoitz egiten dionean, bere gogoa eta arreta erabat Berarengan egon behar dira, une horietan beste ezertan pentsatu gabe Jainkoak gure pentsamenduak ezagutzen ditu, eta gure gogoa Berarengan mantendu behar dugu meditazioan eta otoitzean Gure pentsamenduak alde batera eta bestera ibiltzen hasten badira —horixe baita haien izaera—, behin eta berriz fokuratu eta kontenplaziora itzuli behar ditugu Jainkoari otoitz egiten diodanean, nire gogoa Berarengan finkatzen da Fokuratzeko ahalmen lasai hau lantzen baduzu, ikusiko duzu egunen batean, zenbat lanpetuta egon arren, egunak eta gauak igaroko direla zure gogoa Jainkoarengan murgilduta duzula.

Besteak ere zinez maitatu behar ditugu. Batez besteko pertsona ez da gai maitasun mota honetarako, bere ego txikian mugatuta baitago eta, beraz, oraindik ez baita konturatu Jainkoa bere baitan eta beste izaki guztietan bizi dela. Jendea maite dut eta berdin tratatzen ditut, denak Jainkoaren isla espiritualak direlako. Ezin dut inor niretzat ezezagun gisa hartu, badakidalako denok jainkozko espiritu bakar baten parte garela. Erlijioaren benetako esanahia ulertzen duzunean, hau da, Jainkoa ezagutzea, konturatuko zara bera dela zure goi-ni eta berdin eta aurreiritzirik gabe existitzen dela bere sorkuntza guztian. Orduan, denak maitatzeko gai izango zara zure goi-ni gisa.

Ez dut jarraitzaileak erakarri nahi, ez baita hori nire bizitzako helburua. Ez dit axola ehunka edo milaka lagunek nire hitzaldietara joatea edo eserlekuak hutsik geratzea. Egia esan, nahiago ditut sinestun zintzo gutxi batzuk ehunka jakin-min handiko baina ez-zintzo baino. Nire helburu bakarra jendeari bere burua ezagutzen laguntzea da. Jendeak Jainkoa ezagutzea betebeharrak sakratua eta pribilegio espiritualak dela konturatzen denean, egunsenti berri baten lekuko izango gara lur honetan. Liburuak, sermoiak eta hitzaldiak ez dira nahikoa izango Jainkoaren presentzia sentitu nahi duen bilatzailea asetzeko. Baina egia ulertzen dutenean, bizitza benetan dena ezagutuko dute.

Entzuten eta irakurtzen ditugun egiak aplikatu behar ditugu, ideia hutsak izan ez daitezen, baizik eta konbikzio sendo bihur daitezen. Eskritura Santuak irakurtzeak Jainkoa ezagutzeko nahia piztu beharko luke bilatzaile espiritualarengan. Baina helburu noble horretara iristeko ez dago hausnarketa sakonaren ordezkorik.

Benetan behar dena esperientzia espiritualak da. Jainkozko harmoniak bakarrik uxatu dezake bizitzan helburu faltagatik sortzen den asperdura sakona. Esperientzia

espirituala errealitate jakin bat da eta eguneroko hausnarketa kontenplatiboaren bidez lor daiteke. Jainkoa meditazioaren bidez ezagutzea posible da. Eta haren presentzia esperimentatzen duzunean, zalantzak desagertuko dira, ezjakintasunaren hodeia uxatu egingo da eta lehenago ezagutu ez duzun bakea sentituko duzu, jainkozko bakea paregabea baita.

Jendeak egia eurek aurkitzeko garaia da. Esaten dizudana, zuk ere aurki dezakezu nahi baduzu. Irakaspen hauek filosofikoak irudituko zaizkie batzuentzat, baina aplikatzen dituztenek badakite haien balioa eta jasotzen dituzte sariak.

Nire irakasleak berarengandik jasotzen nuen irakaspen espiritual berri bakoitzarekin esaten zidan: "Egia hau jakin behar duzu". Eta hala jakin nuen!

Nire irakaslea aurkitu eta bide hau deskubritu nuenean, nire esperientziatik ziur nengoen Jainkoaren eta egiaren ezagutzara daraman bide sendoa dela, eta horregatik nire bizitza osoa hari eta gizateriari zerbitzatzeari eskaini nion.

Bakea izan bedi zurekin Jainkoaren mundu zabalean zauden lekuan zaudela

Ezagutza espiritualaren zertzeladak

Irakasleak bide espiritualean bere gidaritza bilatzen ari
:zen dizipulu bati esan zion

Ez irrikatu jendeak zu eta zure lorpen espiritualak
.aitortzea, bilatu Jainkoa bakarrik

Zure baitan bakea dagoela konturatzen zarenean,
konturatuko zara sorkuntzan dagoen guztian bakea eta
.harmonia dagoela

Naturaren edertasunean ikusiko duzu, benetako
adiskidetasunean haren presentzia sentituko duzu, eta haren
bedeinkapenak biziko dituzu nahi nobleetan eta asmo
ohoragarrietan, helburu berekoietatik libre. Lasaitasunaren
.beloen atzean haren presentzia sentituko duzu

Eta gauza zoragarri guztietan

Jo ezazu atea gogotsu eta beloa altxatuko da eta
aurpegirik loriatsuena ikusiko duzu bere distira eta
.handitasun osoan

Jainkoa maite baduzu, haren maitasuna sentituko duzu,
eta beste ezerk ezingo zaitu engainatu. Esperientzia
.materialek tentatuko zaituzte

Zoriontasun espirituala dastatu ez duzulako.
.Dastatutzen duzunean, aldea nabarituko duzu

Aukeratzeko askatasuna izan. Ez utzi ezerk zu
mugatzen, eta ez utzi inori zu kontrolatzen edo zure
.zoriontasunean oztopatzen

Zure nia kosmos osotasunaren zati bereizi bat da eta
osotasun perfektu hori aurkitu behar duzu kontzientzia
zoriontsua bizitzeko eta jainkozko maitasunaren gozamenak
.dastatzeko

Maitasuna gorrotoaren eta erresuminaren ziegatik
ateratzen

Jauna, eskatzen dizugu zure argia gure arimetan distira
dezazun

Eta busti zure maitaleei eta zure laguntza bilatzen
dutenei zure bedeinkapen ugariak

Eta gerraren, indarkeriaren eta heriotzaren mamuak
guregandik urrun eduki ditzala

Eta inspiratu gaitzazu bakea gure helburu bihurtzera

Eta maitasuna da gure hornidura

Gure helburua mugapenetatik askatzea da

* * *

Pertsona batek dirua pilatu eta gorputzeko nahiak
asetzeko ahalegina egiten badu soilik

Lortzen dituen irabaziak eskasak eta hutsalak dira

Munduko irabazi guztiak atzean utziko dituen eguna
iritsiko baita

Baina Jainkoaren bidez aberastu egiten bada

Lurreko errege eta aberats guztiak baino aberatsagoa
izango da

Altxor bedeinkatu horiek Jainkoa maite dutenen esku
daude

Arimaren aberastasunaz gain beste ezerekin
konformatzen ez direnak

Beren joera espiritualak garatzen saiatzen diren heinean

Eta beren bizitzaren iturriarekiko duten irrika elikatzeko

Eta maitasunaren berpizkundea gorrotoaren eta
gaiztakeriaren sakonetik

Munduko kontsiderazio estuen gaineratik altxatzen dute
beren kontzientzia

Askatasunaren, bakearen, argiaren eta pozaren
horizonteetara

Beren mugarik gabeko hedadura konturatzen dira

Pertzepzio eta ezagutza berrituak bizi dituzte

Eta pentsamendu eta ekintza onen haziak ereiten
dituzten heinean

Beren kontzientziaren espazioetan

Haien ikuspegiak irekitzen dira

Eta haien ahalmen kognitiboak aktibatzen dira

Philamson, haien benetako funtsa

Jainkoaren erreinua beren baitan aurkitzen dute

Jainko Ahalguztidunari eskatzen diogu gidatzeko, geure
burua berritu ahal izateko

Eta gure izaki espirituala iluntasunaren ziegatik
ateratzen dugu

Askatasunaren, lasaitasunaren eta ezagutzaren argien
espazioetara

Fruta eta barazki freskoak mantenugai ezinbestekoak
dira

Nutrizioari buruzko hitzaldi batetik

Encinitasen (Kalifornia) entregatua - 1940ko ekaina

Haragi-proteina ez da energia-iturri bakarra

Barazki eta fruta gordinetan aurkitzen diren gatz
mineral batzuk ere iturri garrantzitsuak dira

Haragi zati handi batek energia kopuru handia ematen duen arren, haragia denbora luzez nagusi bada dietan, energia hori emateari utziko dio. Gainera, proteina gehiegi hartzeak proteinen toxikotasuna ekar dezake, nekea eta gaixotasuna eraginez. Laburbilduz, proteina gehiegi bezain .kaltegarria da gutxiegi jatea

Nekea kendu nahi baduzu, erremedio bat elikadura egokia da. Haragiak aldi baterako energia eman dezake, baina toxina asko sartzen ditu gorputzean. Janari gordinik eta egosi gabe gehiago jateak nekearen sentrazioa .murriztuko du eta energiaz beteta sentiaraziko zaitu

Zukuek energia-bultzada nabarmena ematen dute, baina fruta eta barazki osoek balio nutrizional askoz handiagoa eskaintzen dute. Hala ere, batzuek ez dute .denborarik eman nahi formatu honetan kontsumitzeko

Digestio-aparatuak substantzia kimikoak xurgatzen ditu eta gorputzeko zelula mota egokietara banatzen ditu

Gorputza hainbat elementu kimikoz osatuta dago, eta .egunero janariak elementu horien gabeziak bete behar ditu

Eguneroko janariak proteina, bitamina, mineral, gantz eta olio batzuk eta karbohidrato natural kopuru egokia izan behar ditu, ahalik eta gehien murriztuz almidoi finduak eta .azukre finduak

Energia iturri bikaina laranja zukuaren eta almendra xehatuaren nahasketa da, almendrak hobeto digeritzen .baitira laranja zukuarekin nahastuta

Garrantzitsua da, halaber, likido asko edatea. Kalitate oneko ura eskuragarri ez badago, fruta-zuku freskoa, koko-ura eta sandia osagarri bikainak eta ur puruaren ordeztu .partzialak dira

Etorkizunean, jendeak fruta-zukua eta barazki-zukua
maizago kontsumituko ditu, zuku horiek osasunerako
.dituzten onurei esker

Bai gutxiagotasun konplexuak bai nagusitasun
konplexuak txarrak dira

Gutxiagotasun konplexua nagusitasun konplexua bezain
txarra da, guttiago sentitzen den norbaitek ezingo baitu bere
.baitan duen nagusitasuna erakutsi

Gizakia, izaera espiritualak izanik, txinparta sakratu batez
hornituta dago, eta okerra eta akastuna da apala dela
pentsatzea edo guztion gainetik dagoela tentsatzea eta
.duintasunik edo jatorririk ez duen norbait bezala jokatzeko

Pertsona batek harrotasuna erakusten duenean,
harrotasunaren itzal lodiak Jainkoaren argia estaltzen du
.arimaren barruan

Beraz, bi korapiloak batera saihestu behar dira, biak
.oztopoak baitira aurrerapen espiritualerako

Senti dezagun Jainkoa gurekin dagoela, inspiratzen eta
gidatzen gaituela, eta gure bizitzako maitasun handiena
.dela

Jainkoa ezagutzen dutenek denen zerbitzari direla
sentitzen dute eta ez dute uste besteak baino hobeak
.direnik

Gutxiagotasun konplexua ideia ahulak eta subkontziente
ahula dutenekin lotzen da, nagusitasun konplexua, berriz,
.gorrotozko harrotasunetik eta harrokeria faltsutik sortzen da

Bi korapilo hauek suntsitzaileak dira hazkunde
espiritualarentzat eta ilusioan eta egiarekiko
axolagabekeria oinarritzen dira, ulermen sendoan eta
.epaiketa zuzenean baino gehiago

Autokonfiantza landu behar da giza ahulezia heredatuak
gaindituz. Konfiantza nahi dutenek ahalegindu beharko
lukete bere gozotasuna bizitzen bizitzako lorpen ukigarrien
bidez, horrela Jainkoaren laguntzarekin gutxiagotasun eta
.harrokeria konplexuetatik askatuz

Bizitasunaren sekretua eta iturria

Gorputzak ordu batzuk behar ditu janaria energia
bihurtzeko, baina borondatea estimulatzeko eta aktibatzen
.duen edozerk berehala sortzen du energia

Borondate-indarrak gorputzeko zeluletatik eta garuneko
energia-erreserbatik hartzen du bizitasuna, non janaritik
.ateratako energia gordetzen den

Borondateak jarduera berria ere erakartzen du iturri
.kosmikotik gorputzera bizkarrezur-muinaren bidez

Beraz, bizitasunaren sekretua pertsona batek duen
energia gordetzean eta energia berria gorputzera
.borondatearen bidez ekartzean datza

?Nola egiten da hori

Lehenik eta behin, borondatez eta borondatez jokatu
behar da. Merezki duen zerbait egiteko, borondatez eta
.aukeraz egin behar da

Borondatez lan egiten duzunean, energia kopuru
handiagoa duzu, ez baituzu garuneko nerbioetatik energia
ateratzen bakarrik, baizik eta energia kosmikoaren fluxu
.handia erakartzen ari zarela gorputzera

Bere maitalearentzat otordu goxoa prestatzen duen
emakumea zoriontasunez eta bizitasunez betetzen da

Baina bere borondatearen aurka sukaldatzera behartzen
.badute, hasieratik nekatuta sentitzen da

Beraz, borondateak energia ekartzen du

:ipuin laburra

Behin, santuei buruz lagun batekin hizketan ari nintzen.

Nire laguna bitartekaria zen, eta ez zuen nire ilusioa partekatzen. Horren orde, esan zuen: "Santu deitzen diezun guztiak, egia esan, Jainkoa ezagutzen ez duten xarlatanak dira". Ez nuen berarekin eztabaidatu, baina gaia aldatu nuen, eta bitartekari lanbideaz hitz egiten hasi ginen. Asko kontatu ondoren, astiro esan nion: "Badakizu ez dagoela bitartekari fidagarri bakar bat ere, denak gezurtiak direla?".

Haserretu egin zen eta haserre erantzun zidan: "Eta zer dakizu zuk bitartekariei buruz?". Nik erantzun nion: "Horixe bera esan nahi nuena da. Eta zer dakizu zuk santuei buruz?". Aho bete hortz geratu zen. Nik lasai eta adeitasunez jarraitu nuen: "Nik ez dakit ezer bitartekaritzari buruz, eta zuk ez ."

.Energiaren aingeruak

Jainkoak energiaren aingeru gisa sortu gintuen

Eta gorputz fisikoetan jarri genituen

Gure arreta guztia gorputz hauskorretan jarri genuen

Eta ahaztu egin genuen bizitza kosmikoaren energiaz
kargatutako arima espirituala

Orain benetako ahalegina egin behar dugu
kontzentratzeko

Kontzientzia osoaren sentsazioa berreskuratzeko

Arrakastaren erroa ikuspegi espirituala haztean datza

Zeinaren bidez gure izaera immaterialaz jabetzen garen

Eta Jainkoaren irudia gure baitan bizi dela

Espiritualtasunaren lorategiko lehen lorea fedearen eta
itxaropenaren lorea da

Fruitua, ordea, auto-proba bidez lortutako benetako
.ezagutza da

Izan baikorra eta jakin ezazu bizitzako gauza onak eta
.bedeinkazioak zure zain daudela

Zintzotasunez eta dedikazioz lan egiten duzun bitartean

Jainkozko ondare galdua berreskuratzeke

Benetako pertsona espirituala pertsona orekatua da

Pozik sentitzen den, osasun ona duen eta gero eta
ikuspegi hobea duen norbait

Arimaren aberastasunak eta jakinduriaren altxorrak ditu

Jainkozko laguntza datorrela ziur dago

Bizitza zein gogorra iruditu arren eta zirkunstantziak
zein kaltegarriak izan arren

Jainkoaren aurpegia naturaren edertasunean agertzen
zaigu

Eta bere ahotsak melodia delikatu eta finduen bidez hitz
egiten digu

Eta maitaleen ahots gozo eta leunetatik

Eta betebeharraren ahots ozenaren bidez

Ongiaren eta bakearen aldera bultzatzen gaituen
pizgarria

Zoriontasuna eta ezagutza Jainkoaren ahotsa dira

Etxe bedeinkatura itzultzera deitzen gaituena

Lasaitasunaren eta bakearen etxea

Eta bere presentzia gozoaz gozatzeko

Eta bere edertasun paregabea eta bikaina

Mundua izugarri engainagarria da, eta horrela heldu
behar diogu. Bere engainuak eta ilusioak lehenik gainditzen
.ez baditugu, ezingo diogu inori lagundu

Gogoratu behar dugu gogo fokatu baten bakardadean
dagoela lorpen handi guztien fabrika. Eta fabrika zoragarri
honetan, etengabe ehundu behar ditugu gure borondatearen
ereduak, egoera kaltegarri guztiak gainditzeko edo modu
.eraginkorrean aurre egiteko

Borondatea etengabe trebatu eta erabili behar da

Gizakiak aukera asko ditu lurreko fabrika honetan lan
egiteko, betiere denbora alferrik galtzen eta energiak alferrik
.xahutzen ez baditu

Gauez, munduko eskakizunetatik aldentzen naiz neure
buruarekin egoteko

Mundutik urrun, oso urrun

Bakarrik nire borondatearekin nire bakardade
espiritualean

Non nire pentsamenduak nahi dudan norabidean
zuzentzen ditudan

Sakon-sakon hartu nuen erabakia

Nire borondatea jarduera osasuntsu eta onuragarrietan
parte hartzera motibatzen dudanean, arrakasta sortzen dit.
Horrela, nire borondatea eraginkortasunez erabili dut
askotan. Hala ere, hori borondatea modu koherentean
.erabiliz bakarrik lortzen da

Zein sentimendu zoragarria izango duzun esan eta
baieztatzeko gai zarenean: "Jainkozko borondatez
"!kargatutako nire nahiak lortuko dit nahi dudana

Pertsona batek konplaziente bihurtzen bada eta dena
jainkozko borondateari uzten badio Jainkoak eman dion bere
borondatea erabili gabe, ez du bilatzen duen emaitza
.lortuko

Jainkozko botereak bere kabuz lagundu nahi dizu

Jainkoa, bere ahalmen eta botere gainnaturalekin,
gugandik urrun eta zeruko mutur urrunetan ezkutatuta
dagoela dioen pentsamendua uxatu behar dugu gure
burutik, eta ez dugu ahaztu behar jainkozko borondatea gure
giza borondatearen atzean dagoela, baina botere ahaltsu
hori, bere itsasaldi eta luzapenez gainezka dagoen ozeano
baten antzera, ez da etorriko adimena irekita eta bihotza
.hartzailea ez bada

Erregu

O Ama Unibertsala

Gure bihotzetanugar bakarra izatea

Eta gure arimen iluntasuna uxatzeko

Eta zureganako maitasun negar malkoetan

Garbitu munduko gauzekiko dugun maitasuna

Eta pozik gaude zurekin ados egoteaz

Utzi gure tristura eta atsekabeak behin betiko

Bihurtu gure bihotz txikiak bihotz handi batean

Zure presentzia osoa hartzen du

Eta zure jainkozko izaeraren ispiluan

Ikus dezagun geure burua perfektu eta garbi gisa
Zureganako gure maitasunarenugarak gora igo
daitezela

Lurreko desioenugarren gainetik
Milioi bat tentaziok zu bezala moxorrotzen dira
Eta etengabe engainatzen gaitu

* * *

!Zatoz, jainkozko poz garbi eta perfektua
Sartu zure irrika tenpluetan
.Utzi planeta bakean
Gure mendietan, ezjakintasunaren gau ilunetan
Gidatu gaitzala eta segurtasunez itzul gaitzala
!Zure babesleku eta babestura
Betikotasunetik xuxurlatzen direnak
Khayyamen lehen laukotea

Edward Fitzgeralddek itzulia eta Paramahansa maisuak
azaldua

Omar Khayyamen ospea Mendebaldean Fitzgeralddek
XIX. mendearen erdialdean bere laukoien itzulpenean datza,
ingelesera inoiz egindako itzulpenik onena kontsideratzen
.dena

Paramahansa irakasleak Omar Khayyam mistiko
handienetako bat zela eta autoezagutza maila handikoa zela
uste zuen, eta sinbolismoa erabiltzen zuela bere esperientzia
espirituala eta esperientziala adierazteko, eta oso gaizki
ulertua izan zela, eta ikertzaileek ez zutela behar bezain

sakondu laukoetan utzitako bere filosofia espiritual
a .ulertzeko

Esna zaitez! Gauaren Ontzian Goizarako
Izarrak hegan jartzen dituen Harria bota du
Eta hara! Ekialdeko Ehiztariak harrapatu du
Sultanaren dorretxoa argi-korda batean

:Arabierazko itzulpena

Esnatu, goizak harri bat bota baitu gauaren ontzira

Izarrak erabat sakabanatuz

Eta hemen dago Ekialdeko ehiztaria

Sultanaren dorrea hartu zuen

.Argi-korda batekin

:Azalpena eta interpretazioa

:Esanahien azalpena

Goiza: Lurreko existentzia ilusoriotik esnatzeko
egunsentia da

Gauaren ontzia: ezjakintasunaren iluntasuna, arima
hilezkorra giza kontzientzia estu eta mugatuan giltzapetzen
duena

Harria: Fintze espiritual

Izarrak: Desio materialen distira erakargarria

Ekialdeko Ehiztaria: Ilusioen hondarrak suntsitzen dituen
ekialdeko jakinduria ahaltsua

Argi-korda bat: jakinduria bedeinkatuaren distira, arima
giltzapetu eta lotzen duen iluntasun zapaltzailea suntsitzen
.duena

:Interpretazioa

:Barneko isiltasunak xuxurlatzen du

Esnatu! Utzi ezjakintasunaren logura, jakinduriaren"
egunsentia piztu baita. Bota ezezagunaren ontzi iluna fintze
espiritualaren harriarekin, apurtzeko eta desio material
".tristeen izar ilun eta distiratsuak sakabanatzeko

Hona hemen Ekialdeko jakinduriaren argia, ilusioen"
ehiztari eta suntsitzailea, zeren espirituaren dorre garaia
argi-korda batekin hartu baitu, eta bere iluntasun material
".mugatzailea uxatu, erabat uxatu baitu

Ilusioen hiriko biztanleok, utzi loa! Barne-jakinduriaren"
".mezu espiritualaren eguzki-izpia agertu baita

Ikasi nola erabili fintze espiritualaren harri sendoa
ezjakintasunaren ontzi iluna hausteko eta aldi baterako
.plazer materialaren nahia kanporatzeko

Hartu ikasgai bat jakinduriaren ehiztariarengandik,"
argiaren irrikan eta egiaren bila dabilzan arimak etengabe
bilatzen dituenarengandik, inguratzeko distira loriatsuaren
".aura batez, betiko askatasunaren distiraz

Seme Galduaren Itzulera

Behin, duela urte asko, nire ikasle bat kontrako
norabidean oinez ikusi nuen

Bere ekintzen ondorio saihestezinak konturatuta, bide
logiko guztiak erabiliz konbentzitzen saiatu nintzen bere
ekintza-bidea bertan behera uzteko, baina ezin niola lagundu
.ikusi nuen

Gaizkiaren bidetik jarraitzeko asmoa zuelako

:Azkenean, neure buruari esan nion

"Hori nahi duenez, bakean utziko dut"

Baina berarekiko maitasuna eta kezka laster itzuli ziren,
beraz, pikondo baten azpian eseri eta hura imajinatzen hasi
nintzen

Ilusio sutsuz, etengabe bidali nion honako mezu
:intelektual hau

Jainkoak eskatu dit egiteko asmoa duzunari buruz iritziz"
"aldatzeko eskatzeko

Arratsaldean, gorputzean eta buruan sentitu nuen
intuizio sendo batek bultzatu ninduen benetan itzuliko zela
.sinestera

Bat-batean, "seme galdua" agertu zen, etxera itzuli
:ondoren. Makurtuz agurtu zituen eta esan zien

Egun osoan, noranahi joan eta edozer egin, zure"
"?aurpegia ikusten nuen. Zer esan nahi du horrek

Nik erantzun nion: «Jainkoak nire bidez deitu zintuen.
.«Bere deia izan zen, ez nirea

Nire nahia ez zegoen berekoikeriak bultzatuta, baina ez
joateko erabakia hartu nuen

Leku hau irekita egongo da zure itzulera arte

Diseinu mota honek aldaketa handiak ekar ditzake.
!Benetan indar harrigarria da

Zure bidea ezarri eta zure bidean jarraitzea erabakitzen
duzunean, zure borondatea aktibatu eta ahalegin praktikoa
egin behar duzu, eta orduan ikusiko duzu arrakastaren

elementu guztiak dakizun lekutik eta ez dakizun lekutik
.etorriko zaizkizula

Jainkozko energiaz betetako zure borondatean dago
zure otoitzen erantzuna

Borondate hori erabiltzen duzunean, zure otoitzen
erantzuna jasotzen duzun leihoa irekitzen duzu

Hori da nire esperientzia. Iraganean gauza batzuk egiten
saiatu nintzen nire borondatea probatzeko, baina orain ez
dut hori egiten, emaitza alde aurretik dakidalako: nahi
.dudan guztia Jainko Ahalguztidunari esker lortzen da

Gizakiaren azken helburua" liburutik"

Jainkoa egin dezagun gure arimen artzain

Eta jainkozko argia da esploratzailea

Bizitzaren bide ilunetan

Nahasmen gauetan gidatzen duen argia da

Eta ziurtasunaren eguzkia esna orduetan

Eta lurreko existentziaren iluntasun itsasoan gidatzen
duen izarra

Eskatu dezagun haren laguntza eta bilatu dezagun
haren inspirazioa

Munduak gorabeherak izaten jarraituko duelako

Bere gertaerak olatu amorratuak bezala nahasiak dira

?Nondik jasoko dugu orientazioa

Ez dago gure ohitura aldakor eta alboragarrietan

Ezta eraginpean dagoen gure ingurunetik ere

Ez gure herrialdeetatik edo gure mundutik

Aitzitik, egia gidari baten ahotsa da

.Arimaren sakonetik irteten dena

Une oro Jainkoaz bakarrik pentsatzen dut

Nire arima eman nion

Nire bihotza berari eman nion

Nire maitasuna eta irrika harengana zuzendu nituen

Jainkoarengan baino ez dugu gehiago fidatu behar

Eta bere argia agerian utziko dutenengan konfiantza

izan behar dugula

Argi hori da nire gida

Nire jakinduria eta nire maitasuna da

.Indar garaiezina

Eta gainditu ezin den egia

Orain eta betiko

Badira hain muturreko pentsamendua duten pertsonak,

ezen uste baitute bizitzan arrakasta izateko makina bat

.bezala lan egin behar dutela gelditu gabe

Bestalde, badira haiek baino muturrekoagoak ez diren

pertsonak, gai espiritualetan interesatzen direnean beste

.guztiaren nahia galtzen baitute, eta hori jarrera okerra da

Adibidez, uste dute ez dagoela kontzentrazio eta

ahalegin fisiko handia eskatzen duen ezer egiteko beharrik,

eta aszesia eta gauza material guztiei uko egitea aholkatzen

.dute. Baina jarrera horrek adimen-geldialdia ezkututzen du

Espiritualtasun faltsuaren geruza baten azpian

Irakasle bikainak munduarekiko oso interesatuta daudela ikusi dut, baina inolako atxikimendurik gabe. Nire irakasleari zerbait eder bat ematen ziotenean, zaindu eta babesten zuen, baina hautsi edo kaltetzen bazen, barre egiten zuen eta esaten zuen: "Nire interesa amaitu zen nire arreta gehiegi hartu zuelako". Deskonektatuta zegoen, .loturarik gabe zegoelako

Jainkoak ematen didana eskertzen dut modu berean,
.baina ez dut faltan botatzen galtzen badut ere

Behin, norbaitek kapela eta beroki eder bat eman zidan,
eta multzo garestia zen. Pozik zaindu eta urratzetik eta zikintzetik babestu nuen, harik eta nazkatuta esan nuen
."!arte: "Ai Jainkoa, ez dut arazo hau behar

Egun batean, Los Angeleseko areto batera joan nintzen
hitzaldi bat ematera, eta iritsi bezain laster eta berokia kentzen hasi nintzenean, jainkozko ahotsa entzun nuen
esaten: "Eraman zurekin berokiaren poltsikoetan dauden
.gauza guztiak". Eta egin nuen

Hitzaldiaren ondoren, berokien biltegira itzuli nintzen
eta berokia -Jainkoak babes zaitzala- desagertu egin zela
.ikusi nuen

Oso haserre nengoen horregatik, eta norbaitek esan zidan: "Ez haserretu, beste beroki bat erosiko dizugu". Nik erantzun nion: "Ez nago haserre berokia galdu dudalako, baizik eta berokia hartu zuen pertsonak ez zuelako
."berokiarekin ezin hobeto doazen kapela ere hartu

Ez utzi behar gure emozioek gu kontrolatzen. Nola izan daiteke pertsona bat zoriontsu bere arropa eta bestelako
?ondasunak baino ez baditu axola

Horrek ez du esan nahi arropa garbi eta txukunak ez
janztea edo etxea garbitu eta txukuntzea, baizik eta gai
.hauekin gehiegi lotuta edo obsesionatuta ez egotea

Behin afari batera gonbidatu ninduten eta dena oso
dotore eta ondo antolatuta zegoen, afariaz asko gozatu
nuen, baina gure anfitrioiak oso urduri zeuden, dena
aurreikusitako moduan ez aterako ote zen beldurrez, eta
.ondorioz, giroa hondatu zuten antsietatearekin

Gehiegi sentikorrak direnek askotan besteen antsietatea
eta ondoeza sentitzen dituzte. Zergatik beldurra eta kezka?
Ahal dugun guztia egin behar dugu, gero atsedeen hartu eta
besteak atsedeen hartzen utzi. Gauzei beren bide naturala
jarraitzea utzi behar diegu behartu gabe, eta orduan
.ingurukoek ere bakea aurkituko dute

Parmenidear uztak

Gizakiaren borondatearen atzean jainkozko borondatea
eta energia kosmikoaren fluxu mugagabearen helburua
.daude

Bizitzan ona eta onuragarria den guztia erakustea da

Horregatik, goi-borondatearekin tinko eta koherente
jarraitzen duenak arrakasta izango du Jainkoaren
.laguntzarekin

Borondate-indarra helburu zehatz bat lortzeko
zuzendutako energia eta nahia da

Ezin da ezer egin borondaterik gabe; izan ere, ezin da
mugimendu soil bat ere sortu eguneroko bizitzan
.borondaterik gabe

Jende gehienak ezinbestekoak ez diren gauzak egiten
ditu eta ez ditu ahaleginak modu eraikitzailean bideratzen

Nahia borondatetik desberdina da, nahiz eta nahiak
.borondatearen katalizatzaile gisa joka dezakeen

Borondatea garatzeko, lehenik eta behin determinazioa
izan behar da eta pertzepzioa, bereizmena eta jakinduria
.erabili

Ondoren, entrenamendua eta nahi den helburua
.lortzeko borondatea kontzienteki erabiltzea datoz

Bidaia eta ahalegina helburua lortu arte jarraitu behar
dira

Helburu noble bat lortzeko erabakia hartzen duenean,
desegokia bihurtzen da saiatzeari uztea

Edo egoera kaltegarriei amore eman diezaieke

Kontzientzia goi-goi mailako borondatearekin harmonian
dagoenean eta pentsamendua eta borondatea ideia jakin
batean etenik gabe zentratzen direnean, borondatea
mugagabeko eta agortezineko jarduera kosmiko saturatuko
.da

Ezjakintasunak eta desioek gobernatutako giza
borondateak mina eta arazoak ekartzen dizkio bere jabeari

Benetako zoriontasuna dastatzeko, desio onek txarrak
gainditu behar dituzte, eta borondatea egiaren iturrirantz eta
existentzian dagoen on guztiaren jatorrirantz norabide
.egokian zuzendu behar da

Zergatik saihestu behar du pertsona batek lekukotasun
faltsua ematea? Gezurrezkotasunak hipokrisia eta engainua
sustatzen dituelako

Traizioa Jainkoaren begietan bekatu handienetako bat
da. Norbaiti irabazi pertsonalerako edo mendeku nahiagatik
gezurrez salatzea perjurio mota bat da. Praktika hau

jarraituko balute, kaosa eta anarkia nagusituko lirateke
.jendearen artean

Beste pertsona baten aurkako testigantza faltsua
entzutea lekuko faltsuaren onespena eta haren portaera
lotsagarrian parte hartzea da, eta entzute eta onespen hori,
saihestezina den bezala, barne-gatazka emozional bihurtuko
da, arimaren bakea urratzen eta bizitzaren lasaitasuna
.asaldatzen duena

Aldi baterako justifikatuta egon arren, ekintzak
azkenean kontrako eragina izango du eta estresa eta min
psikologikoa sortuko ditu, kontzientzia asaldatuz eta
.zaplaztekoa emanez

Inbidia ondorio kaltegarri eta latzak ere baditu, pertsona
inbidiosoari sufrimendu pertsonala ekartzen baitio, pertsona
batek askatzen dituen pentsamendu eta sentimenduak
.berarengana itzuliko baitira

Maitasuna eta altruismoa ematen duenak maitasuna eta
tratu altruista jasoko ditu trukean, eta gutizia, berekoikeria
eta inbidia pentsamenduak bidaltzen dituenak, berriz, gauza
.horiek neurri berean ekarriko dizkio bere buruari

?Zergatik ez luke pertsona batek lapurtu behar

Nolakoa izango litzateke mundua denok lapurtuz,
erasotuz eta estortsioz biziko bagina? Kasu horretan, krimen
gorrotagarrienak eta basatienak egingo lirateke. Borroka
gogorak egongo lirateke ondasunak babesteko eta
.lapurtutako ondasunak berreskuratzeke

Lapurreta gizarte-arauekin bat ez datorren eta besteak
beren eskubideak kentzen dituen ekintza bat da, eta beraz,
existentziaren legeen aurkakoa da, eta gizarteek ez dituzte
egileei aurre egiteko instalazio egokirik eta metodo
.eraginkorrik

Lapurrak espetxeratzen direnean, haien ohitura zaharrak errotuago gerta daitezke, eta ohitura txar berriak ere har ditzakete beste gaizkile batzuekin harremanetan jartzen direnean. Hori gertatzen bada, askoz okerrago .egongo dira askatzean espetxeratu aurretik baino

Jauna, bedeinka gaitzazu, gaizkia entzun, gaizkia ikusi,
.gaizkia hitz egin edo gaizkia arnastu ez dezagun

Ez dugu gaizkia ukitzen, ez dugu gaizkia sentitzen, ez
dugu gaizkia pentsatzen, ez dugu gaizkia amesten

:Egunero erabiltzen ditugun indarrak

Gure zentzumen-pertzepzioak

eta gure sentimenduak -

eta gure adimena -

Dena Jainkoagandik hartua da, eta ezin dugu segundo
bakar bat ere bizi berarik gabe

Hala ere, haren dohainak erabiltzen ditugun bitartean,
ez dugu berataz behar bezala pentsatzen, ezta merezi duen
.arreta ere ematen

Aitzitik, plazer sentsualak eta munduko anbizioak
bilatzen ditugu mundu materialarekin guztiz lerrokatuta eta
.harekin guztiz konektatuta

Hau da gure min eta sufrimendu guztien erroko kausa

Jainkoak bere irudian sortu gintuen, eta beraz, ezin dugu
benetako zoriontasunaren zaporea ezagutu, gure baitan
bere presentzia aurkitzen ez badugu eta gure arimetan bere
.zoriontasunaren nektarra dastatzen ez badugu

Ezta egunero behar duguna borondatez lortzeko
.beharrezko botere bedeinkatua ere izan dezakegu

Jainkoa dela indar horren iturria konturatzen ez bagara,
.harengan fidatu eta harengana jo behar dugu

Bihotz esker onekoekin etengabeko jarioan gure
gainean isurtzen dituen bedeinkapen guztiengatik

Eskertzen baduzu, zalantzarik gabe handituko dizut
[aldekoa]

Gure bihotzak Emaille Eskuzabalenarekiko esker onez
gainezka daudenean, haren presentzia loriatsuaren tenplu
sakratu bihurtzen dira, eta hori da lor daitekeen lorpenik
handiena, bizitzaren helburua gizakia bere Sortzailearekin
harmonian egotea, Harengana hurbiltzea eta Hura ezagutzea
.baita

Bilatu lehenik Jainkoaren erreinua eta haren justizia,}
{eta gauza horiek guztiak gehituko zaizkizue

Jainkoa etengabe gogoratuz eta berataz ongi pentsatuz,
konturatuko gara bera dela gure maitea, gu bera aukeratuak
.garela eta bere oparotasunean parte dugula

Zoriontasunaren, maitasunaren, argiaren eta
ontasunaren erreinua

Jainkoaren bedeinkapen ugariak hausnartzen
ditugunean, eta horien artean handiena aukeratzeko
askatasuna erabiltzeko aukera da, helburu altuagoekin bat
etortzera eta zoriontasun espirituala lortzera eramaten
gaituen bide zuzena jarraitzeko, egunero barne-poza berrituz
betetzen gara, eta korrante bedeinkatu bat sentitzen dugu
gure bizitzetan sartzen, beraz, eskerrak gure bihotzak
.betetzen ditu, eta bizitzak zaporea eta esanahia ditu

Pentsamendu kontenplatiboaren bidez, modu
misteriotsu batean funtzionatzen duen jainkozko legea ikus
dezakeen pertsonak ez du inoiz bere burua goraipatzen,

eskertzen eta apaltzen uzten maitasun, laudorio eta esker on
.guztia zor zaion Haren aurrean

Gogora dezagun Jainkoa, existentzian dagoen ongi
ororen iturria, eta nahas dezagun gure oroitzapena gure
.bihotzen sakonetik datorren maitasun zintzoarekin

Jainkoari, zeinarengandik bizitza isurtzen den,
maitasuna irradiatzen zaio eta bedeinkapenak etengabe
isurtzen dira

Gogora ditzagun maitasunez gizateriarentzat kandela
bat piztu zuten guztiak, edo munduko lurzoruan hazi onak
erein zituztenak, edo ideia argituak zabaldu zituztenak, edo
.ekintza onak eta jokabide nobleak bultzatu zituztenak

Ireki ditzagun gure bihotzak maitasunari, egin ditzagun
gure adimenak inspirazio argigarrietarako hartzaile, eta eska
diezaiogun Jainkoari laguntza eta gidaritza

Pentsatzen eta egiten dugun horretan

Beldurrak bihotza pozoitzen du

Giza adimena energia edo jarduera bizidunen biltegi
erraldoi bat da

Jarduera hau etengabe erabiltzen da giharretako
mugimenduetan, bihotzaren, biriken eta diafragmaren
funtzionamenduan, zelulen metabolismoan, odoleko
erreakzio kimikoetan eta zentzumen-organo motorren
. (nerbioen) funtzionamenduan

Gainera, energia bizi-kantitate handia gastatzen da
pentsamenduan, emozioetan eta borondatean

Beldurrak jarduera bizia ahultzen du eta borondate
.aktiboaren etsairik gogorrenetako bat da

Beldurrak nerbioetara erregularoki doan bizitzaren jarduera estutzen eta oztopatzen du, nerbioek paralizatuta diruditelako, eta gorputza moteldu egiten da eta bere bizitasuna nabarmen eta nabarmen gutxitzen da (beldurra .nerbio-blokeatzailea da!)

Beldurrak ez du laguntzen beldurraren kausa ezabatzen.

Borondatea ahultzen du eta garuna bultzatzen du gorputzeko organoetara oztopo-seinale bat bidaltzera. Beldurrak bihotza pozoitzen du, digestioa kaltetzen du eta .hainbat gaitz fisiko eragiten ditu

Kontzientzia Jainkoarengan zentratuta dagoenean, ez duzu ezeren beldurrik izango eta oztopo eta eragozpen .guztiak gainditu ahal izango dituzu

Ausardiaz eta fedez. "Nahia" energiari gabeko desioa da, eta "asmoa", berriz, zerbait egiteko erabakia: nahi edo desira bat betetzea. Baina "borondatea" honela adieraz . "daiteke: "Nekaezin lan egiten dut nahi dudana lortu arte

Zure borondatea entrenatzen duzunean, bizi-jardueraren indarrak askatu eta zuzendu ditzakezu, zerbait nahi izan beharrean, hura lortzeko beharrezkoa dena egin .gabe

Ez dugu itzaropena galdu behar, baizik eta konturatu behar dugu Jainkoak aukera bat bestearen atzetik ematen digula gure egoerak hobetzeko, gure ideiak goratzeko eta gauza berri eta erabilgarriak sortzeko geuretzat eta .besteentzat bizitzan

Gure bizimoduarekin pozik ez bagaude, asebetetze eta erosotasun psikologiko maila bat emango diguten modu eta .metodo berriak aztertu beharko genituzke

Gure egoera hobetuko duen eta gure bizitzak
zentzuzkoak eta merezikorrak izango diren zerbait egitea
.pentsatu beharko genuke, eta gero hori praktikan jarri

Kontzientziaren aldaketa edo haren ibilbidearen
.aldaketa da premiazkoa dena

Erabaki behar dugu ez dugula arazoek eraginik izan eta
oreka galtzea utziko, eta ez dugula utziko gauza
kezkagarriek gure bizitzak hondatzen, gure sentimenduak
.okupatzen eta gure giroa hondatzen

Eta ez garela ohitura eta ezaugarri kaltegarrien biktima
izango, eta zeruko txoriak bezala libre eta mugagabeak
izango garela

Ez dago jendea geldirik eta aldaezin geratu beharrik.
Ilusioaren beloak kendu behar zaizkio arimaren esentziari,
bere garbitasun eta indarrarekin distira egin dezan, Jainkoak
.gizateriari eman dion distira noblea agerian utziz

Jainkoak ahalegin onak, anbizio zilegiak eta arrakasta
lortzeko determinazioa bedeinkatzen ditu

Gure bizitzen atzean Espiritu Gorenaren boterea dago,
eta gure borondatearen atzean Jainkozko Borondatearen
.ozeano kosmiko dago

Ozeano mugagabe horren parte gara. Bertara iristen
garenean eta bertan igeri egiten dugunean, gure
kontzientzia zabaltzen da eta gure zabaltasuna sentitzen
.dugu

Horri buruz pentsatzeak hurbiltzen gaitu, eta
hausnartzeak bertara eramaten gaitu

Harekin harmonizatzeko etengabeko ahaleginak
.ezagutza, determinazioa eta energia ematen dizkigu

Kontzientziaren eguneroko prestaketak jainkozko
maitasuna eta zeruko bedeinkapenak dakartza

Etenik gabe isurtzen zaigu eta ozeanoko altxorren zati
eskuzabala ematen digu

Jainkozko kontzientzia bat dago gizaki bakoitzaren
barruan ezkutatuta, bere burua adierazteko aukeraren zain
dagoen kontzientzia bat

Eta egoaren soto estu eta mugatzailetik ateratzeko

Pertsona batek amesgaizto kezkarri batetik esnatzen
den bezala, ikusi duena amets bat besterik ez zela
konturatzen den bezala, jainkozko kontzientziak pertsona
bat bultzatzen du lozorroaren eta nahasmenaren
amesgaiztotik esnatzera, bizitzaren esanahiaren eta
.xedearen ulermen berri batera eta sendoago izatera

Esnatze espiritualaren egunsentia bizi eta ziurtasunaren
.argiak ikusi nahi baditugu, barne ahotsa entzun behar dugu

Bere bultzadari erantzuten diogu. Bidetik kendu behar
ditugu arimaren aurrerapena oztopatzen eta mugimendua
oztopatzen duten ilusioaren harriak eta ezjakintasunaren
.harkaitzak

Eta jo dezagun irrika eskuarekin apatiaren lozorrotik
esnatzeko atean, zoriontasunaren haizeak arnastu eta gure
pentsamendu eta sentimendu guztietara zeruko
.elektrizitatea ekar dezagun

Eta gure lan guztiak

Jainko Ahalguztidunari eskatzen diogu gure
kontzientzian kontzientziaren leihoak ireki ditzala,
jakinduriaren argiz bete gaitzala, bere maitasunez ingura
.gaitzala eta bere betiko errukiaz ingura gaitzala

Niregana etorri zirenen artean, hasieratik esan nien
jendea zegoen, egia esan, haien motiboak ez zirela sendoak,
.eta motibo horiek aldatzeko eskatu nien

Batzuei ez zitzaien gustatu esan nuena, baina beste
.batzuek erantzun eta hobera aldatu ziren

Hipokresiak ez du emaitza onik ekartzen, eta
jakintsuenen artean jakintsuenak ere ezin du ezkutatu
.begiek erakusten dutena

Pertsona baten historia osoa bere begietan idatzita dago

Norbaiten benetako izaera jakin nahi baduzu, eskatu
Jainkoari pertsona horren benetako izaera agertzeko

Engainatu nahi ez duzunez, bihotzaren sakonean
sentituko duzu bere benetako izaera eta zure intuizioa ez da
.oker egongo

Gure lagunarekin hitz egiten dugunean, zuzenean
begiratu behar diogu begietara eta konfiantzaz, ziurtasunez
.eta egiaz hitz egin behar diogu

Norbaiti eskua ematen diogunean, gure maitasunaren
eta zintzotasunaren magnetismoa transmititu behar diogu,
.eta ahal dugun neurrian laguntzen saiatu

Ezagutza bilatzen duenak jarrera positiboa izan behar
du eta bere magnetismo espirituala garatzen lan egin behar
du; orduan Jainkoak besteei laguntzeko eta bibrazio
.bedeinkatuak transmititzeko ahalmena emango dio

Planeta eta izar urrunenetatik haratago bidaiatu
dezaket, baina beti izango naiz zurea. Zure jarraitzaileak
joan eta etorri daitezke, baina zurekin joango naiz eta zurea
izango naiz betiko. Enkarnazio ugarien olatuek astindua izan
nazakete eta bakarrik eta bakarrik senti naiteke, baina beti
.izango naiz zurea

Munduak, zure jolasekin kezkatuta, ahaztu zaitzake,
baina nik beti gogoratuko zaitut Nire ahotsa itzali daiteke eta
huts egin dezaket

Baina nire arimaren hitzetan xuxurlatuko dut: "Beti
"izango naiz zurea

Probek, gaixotasunek eta heriotzak urra nazakete eta
gorputza erre, baina nire oroimenean itxaropen izpi bat
geratzen den bitartean

Begira iezazkidazu nire begi hiltzen ari direnei, haien
bidez esango dizudalako: "Betiko maite izango zaitut eta beti
"!izango naiz zuri leial

Egiaz diotsuet nire galdera guztien erantzunak ez
nituela jendearengandik jaso, baizik eta Jainkoagandik,
.eskuzabaltasun ororen iturriarengandik

Eta unibertsoko ezagutza guztien iturria

Bizitzan dudan inspirazio bakarra da bera, eta hitz
egiten dudanean, eskatzen diot nire hitzak bere botereaz,
bere egiaz, bere maitasunaz eta bere argiaz kargatzeko.
Poztasun olatuak sentitzen ditut inguratzen nautela, bere
maitasun handiena ariman isurtzen baita egun beroetan
haize leunak bezala, eta bere isurketa indartsu jarraitzen du
egunez eta gauez, astez aste, urtez urte, beraz, ez dakizu
.non dagoen amaiera

Gizakiek uste dute maitasuna eta aberastasuna behar
dituztela gizakien iturrietatik, baina maitasun eta
aberastasun ororen atzean

Jainkozko maitasuna, aldatzen ez dena eta lurreko
aberastasunekin neurtu ezin den aberastasun espirituala.
Jainkoa maitasun, zoriontasun eta grazia guztien iturria dela

konturatzen denak aurkituko du eta oso pozik egongo da
.harekin

Jainkoak ematen die harengan itxaropena dutenei eta

Hari begiratzen dio, ez izakiari

Hondamendi eta zailtasunetatik arintzen du

Eta gaiztakeria bidetik urruntzen du

Bere bihotzean bizitza baketsua bizi dugu

Eta arima lasaiak sentitzen dute

Eta behar dugunean, laguntzera etortzen zaigu

Erosotasuna eta poza ekartzen dituen ukitu batekin

Eta ontasuna euri jasa bezala dator guregana

Bere hornidura ez da inoiz amaitzen bizitza osoan zehar

!Bedeinkatua da Errukitsuena, zein handia den

.Beti gurea da, gu harenak garen bezala

Inspirazio gorena

Jainkozko Sortzailea

Unibertsoaren Jauna

Oi zu, planetak, izarrak eta galaxiak kudeatu eta

martxan jartzen dituzuna

Zure arau justuak zure herritarrei borondate askea eta

aukeratzeko askatasuna ematea agintzen du, eta horrek

beren burua garatzen eta zure printzipio eta ideal

.sakratuetara hurbiltzen lagunduko die

Betiko askatasuna eman diguzu eta kontzientzia

unibertsalaren haziak landatu dizkiguzu. Baina zoritxarrez,

gure kontzientzia unibertsala berekoikeriaren, gorrotoaren,
.itxikeriaren eta fanatismo itsuaren atzean lotu dugu

Jauna, lagundu iezaguzu urtzen -gure maitasun
beroarekin eta anaitasun ulermenarekin- gure eta besteen
.arteko hesi eta oztopo artifizial eta izoztu guztiak

Lagundu iezaguzu kontzientzia erne eta epaiketa ona
erabiltzen autokontrollean eta bizitzako bideetan zuzen
ibiltzen

Eta bedeinka gaitzazu gure aberastasun espirituala eta
gure erruki enpatikoa biderkatzeko, gure maitasun
nazionalaren zirkulua zabalduz lurreko biztanle guztiak
barne hartzeko, kolorea, klasea, generoa eta sinesmena
.edozein dela ere

Unibertsoaren Jauna, errespetatu eta maita dezagun
.libre jaiotako gizaki guztien independentzia

Eta bedeinka gaitzazu mundu batu bat eraiki dezagun
eta zu gure bizitza osorako lider espiritual gisa aukeratu ahal
.izan dezagun

.Arimaren sakonetik

Jauna, utzi nire irriken txingarrak distira egiten

Zure presentzia santua beti dago presente

Nire irrikarako tenplu bat eraiki dut

Nire ideia guztietan

?Bisitatuko al nauzu, mesedez

!Eta zu eseri zinen zutaz dudana maitasunaren tronuan

Nire pentsamenduek zure gidaritza jakintsua jarrai
dezaten

Nire bizitzako poz handiena izan zaitezke
Jainkoaz pentsatzeko eta hari buruz hausnartzeko atetik

Bake Iraunkorraren Tenpluan sartuko naiz
Gaur makil sorta bat piztuko dut kezkak eta beldurrak
irudikatzeko

Jainkoaren tenplua nire ariman argitzeko
Jainkoa bilatuko dut nire arimaren bakardadean
Eta sutsuki otoitz egingo dut nire bihotza berarekiko
maitasunez taupaka hasi arte

Eta sentitzen dut haren erantzuna nire otoitzei
Ai, nire bizitzaren txinparta Jainkoaren eguzkiarekin
nahastu ahal izango balitz
Eta ontasuna maite duten begi guztietan distiratzten du

Gerrek zatitutako mundua zipriztinduko dut
Bake eta maitasun pentsamenduekin
Jainkoaren santutegian sartuko naiz
Eta kontzientzia kosmikoa ukitzen dut
Kontenplazioaren eta jainkozko maitasunaren pozaren
bidez

Jainkozko babesak inguratzen nau beti eta betiko
Eta Jainkoaren argia nirekin dator eta inguruko
iluntasuna uxatzen du
Bere argi gidaripean ibiltzen naizen bitartean, ez naiz
estropezu egingo

Ez naiz bide onetik aldenduko

.Emozioak bizitzea

O Existentziaren Espiritua eta Unibertsoen Maisua

Nire begien atzean zaude, eta horren bidez ikusten dut
zure itxurazko edertasuna

Eta belarriaren atzean, zeinarekin lurreko soinuen
nahasketa entzuten dudan

Nire ukituaren atzean zaude, eta horrekin zure lurreko
.munduko gauzak sentitzen ditut

Eta zure aurpegi ederra ezkutatzen duen naturaren
beloaren atzean

Loreen begirada lasaigarrian ikusten zaitut

Eta janari elikagarriaren zaporean dastatzen zaitut

Zure jainkozko esentzia eta zure betiko gozotasuna
sentitzen ditut

Dauden gauza on eta mirari guztietan

Zuri otoitz egiten dizut, Jauna, eta nire ahots
dardartiaren atzean zaude

Eta nire gogoaren atzean, zeinarekin otoitz egiten dudan

Nire sentimendu sakonenen gainetik zaude

Nire pentsamendu eta nahi sakratuetatik haratago, eta
zureganako dudan irrikatik harago

Nire hausnarketen eta nire maitasun samurraren
!haratago zaude

Ai, giza emozioen beloan atzetik aterako bazina

Eta paisaia natural liluragarriak

Ireki nire begi espiritualak, zu zaren bezala ikus
!zaitzadan

Jainkorik gabeko bizitza osatugabea da

Jainkoarekin konektatzen garenean, ulermen intuitiboak
.inspiratuko gaitu eta gidatuko gaitu egiten dugun guztian

Botere bedeinkatu hori kontzienteki eduki behar dugu
Botere hori gure baitan dago; besterik gabe, aurkitu behar
dugu

Botere hau guztian lanean ari dela ikusiko duzu, zure
egoera hobetzeko eta gauzak errazteko. Botere honekin
konektatzen zarenean, zure ongizatea energia kosmiko
pultsatuko da, eta zure pentsamenduak finduagoak,
fokatuagoak, zorrotzagoak eta sarkorragoak bihurtuko dira.
Konturatuko zara zure arimak Jainkoaren egia biziaren eta
.bere jakinduria agortezinaren ontziak direla

Jainkoa osasunaren, oparotasunaren, jakinduriaren eta
betiko pozaren iturria da. Harekin konektatzen garenean,
.gure bizitzak osoak eta betegarriak bihurtzen dira

Jainkorik gabeko bizitza osatu gabea da. Bizitza, energia
eta jakinduria ematen digun botere goren horretan pentsatu
.behar dugu

Egia hau gure gogoetara, indar hau gure gorputzetara
eta poz amaigabe hau gure arimetara isur dadin otoitz egin
.behar dugu

Begi itxien iluntasunaren atzean unibertsoaren indar
miragarriak daude, eta arima on eta espiritu noble guztiak

Eta arimaren esferen hedadura infinitua

Hausnartzen baduzu, egia absolutua konturatuko zara
eta haren lan miragarria ikusiko duzu zure bizitzetan eta
.sorkuntzan zoragarri eta aintzatsu den guztian

.Irrikaren bideetan

.Jainkoak deitzen nau

Arima irekien bidez

Eta bihotz onak maitasunez taupadaka

Eta fedez beteta dago

Dizipuluak egindako ekintza on oro

Bere kontzientzia urrats bat hurbilago dago

Kontzientzia kosmikoaren atalasetik

Utzi barrura sartzen, Jauna

Zure jainkozko edertasuna ikusteko

Eta bedeinkatua naiz zure argi distiratsuak ikusteaz

Nire bizitza Zure jainkozko jakinduriak gidatzen badu

Beraz, nire ahaleginak arrakastaz koroatuko dira ziur

aski

Ez naiz bidetik joango

Bedeinka nazazu, Jauna, nire ikusmena argia izan dadin

Nire arima purifikatu da

Orduan ikusi zuen ziurtasunaren eguzkia

Eta egia jakitea gustatzen zait

Gaur ahaztuko ditut iraganeko zailtasunak

Orainaldiari eta etorkizunari aurre egingo diot

Ausardia eta konfiantzaz, Ahalguztidunaren
laguntzarekin

Nire gorputza energia kosmiko kargatuko dut
Eta nire izatea jainkozko kontzientziaren sendatzeko
argiarekin garbitzen dut

Nebulosa kosmiko bat bezala
Bakeak betetzen du nire kontzientzia
Eta Jainkoaren presentzia infinitua sentitu zuen

Jauna, argitu nire adimena
Bete nire ontzi mentala
.Ulermen eta ezagutzarekin
Zure maitasunaren argia distira dezala
Nire bizitzako bideetan

Uharte Urdinen artxipelagoan
Nire balkoitik, mendebaldera begiratu nuen, eta
irudimenaren hegoetan hegan egin nuen horizonte
urrunaren ertzetaraino. Eskuinera eta ezkerrera, bi
mendikate ikusi nituen, laster kolore more misteriotso bat
.hartu zutenak

Berriro begiratu nuenean, esku ikusezin batek urdin ilun
koloreko belo batez inguratu zituen. Nire atzean Guadalajara
hiria zegoen, ilunabarrean bainatuta. Ekialdeko zerua arrosa
leunez tindatuta zegoen orain. Aurrera begira, nire begiek
urrezko aintzira batean flotatzen ari ziren uharte urdinez
.osatutako hiri magiko bat ikusi zuten

Uharte urdin magikoen artxipelago honetan, kareharri
urdinezko muino erraldoi bat altxatu zen, laba gorri-urrezko

geiserrak isurtzen zituzten hodei bolkaniko gris-zuriez
inguratuta, ortzadarraren antzera laku lasairantz jausiz.
Urrezko sugar bziek argi-halo distiratsuetan inguratzen
.zituzten uharte urdinak

Gailur urdina eta bere suzko koroa bikiak bezala islatzen
ziren urrezko laku isil horren gainazalean. Eta eskuin
muturrean, laku txiki eta lasai bat distiratzen ari zen, uharte
urdinetako baten bularrean kokatuta, hodei uhinen artean
.igerian dabilen ilbete baten antzera

Denbora luzez ibili nintzen ilunabarraren eta miraje-
hodeien hirian, lakuaren gainazalean flotatzen bere urrezko
argi delikatuarekin Eta zein ederrak ziren urrezko ur haiek,
norabide guztietan sakabanatuta izotz gorri multzoz josita,
betikotasunaren ertzeraino

Argi-izakiak arima onak zirela uste nuen lur honetan, eta
bizitzako proba guztiak gainditu ondoren, ondo pasatzeko
.eta nahi zuten bezala ametsak gorpuzteko aukera zutela

Egunero, ilunabarrean, izaki horiek beren amets
zerutiarrak areagotzen zituzten itsaso eta urrezko aintzirez
.inguratutako hiri etereoetan

Han eta atsekabeen atzean eta lurreko mundu honetako
tranpen atzean, bere tragedia eta min guztiekin

Han, gogaikarrien gainetik, izaki haiek argi gorriak
arnasten zituzten, izpi laranjak edaten zituzten, urrundu,
.hurbildu, ibili eta igeri egin zuten argi koloretsuen artean

Hemen, izaki horiek berehala gauzatuko zituzten beren
ametsak eta nahi zuten bezala gorpuztuko zituzten beren
fantasiak, gero desegin eta desagertuko ziren beren
.nahierara

Hemen gozatu zuen poztasun eta gogobetetasunaren
altxorrak, eta eskuzabaltasunez eman zizkien bisitan zetozen
.guztiei bere mundu zoragarri eta magikoan ametsak

Hemen, ez zegoen behartuta gizakiek bezala itxaron eta
desioak egitera bere ametsak egia bihurtzeko eta bere
nahiak gauzatzeko, baizik eta nahi zuen bezala amestu zuen
eta amets eta nahi horiek guztiak bere borondatez lortu
.zituen

Ametsen Uharteetako ilunabarreko hiri hura
subkontzientearen tolesduretan irauten zuen nire
ametsetako bat zen, eta gaur egia bihurtu da modu
!guztietan

Egiaz, ikusi ditut nire arimaren altxor eta altxor
ezkutuak, eta haien argiak gainezka egin dit eta haien
!distirak itsutu nau

Paramehansiat: Jainkozko Estasiaren Espektoak

Apaltasuna, Jauna, da biderik ziurrena

Zure jainkozko errukiaren euria jasotzeko

Zure jainkozko justizian eta egiaren printzipioetan
jarriko dut nire konfiantza

Maitasunaren deiari eta bihotzaren irrikeri erantzuten ari
zarela konturatzea

Zure borondate orokorrarekin lankidetza estuan

Eta zugan dudan fede osoarekin

Zure laguntza jasoko dut eta zure ondoan sentituko naiz

Gaur zurekin dudan betebeharra beteko dut

Munduarekiko ditudan betebeharrak betetzen ditudan
bezala

Oi, Maite Handiena

Bihotzen santutegietan oihartzun egiten duen oihartzun
etereoa zara

Eta belarriek jaso ezin dituzten sentimenduen ahotsa
zara

Zure maitasunaz bedeinkatua izatea neurrigabe
handiagoa da

Munduko kontsiderazio guztietatik

Eta lurreko aintza guztiak

Zuregan dudan fede osoarekin

Gaixotasunaren itzalak desagertzen eta itzulerarik gabe
joaten ikusten ditut

Naturaren leihoetatik eta bakearen ateetatik ikusiko
zaitut, Jauna

Zure bedeinkapenez busti gaitzazu

Eta murgildu gaitzazu Zure energia kosmikoaren
uhinetan

Mantendu egoismoa guregandik urrun

Arimak hurbiltzea eragozten duena

Eta haien topaketa ontasunaren eta argiaren
maitasunean oinarritu zen

Utzi nire erregu-loreak ureztatzen

Zugan pentsatzearen eta zugan meditatzearen urekin,
ene Jainkoa

Lore berri eta biziak erne daitezen

Inspiraziotik, baketik eta zoriontasunetik

Gaizki egitea saihesteko modu bakarra gaizki egitea
antzemateko eta ez egiteko erabakia hartzeko irizpide ona
.garatzea da

Gaizki batek beste baten aurka borrokatzeak ez du
zuzentasunik sortzen. Ezjakintasuna da gizateriaren
benetako etsaia eta mundu honetatik uxatu behar da.
Mundu honetan behar dugun guztia dugu oparotasun,
.zoriontasun eta justizia perfektuaren aro bat hasteko

Oztopo bakarra gizakiaren berekoikeria da, eta horrek
ezinezko egiten du hau. Sufrimendu izugarria eta bidegabeta
gizakiaren berekoikeriak eta besteekiko inolako errespeturik
.gabe norberaren interesak bilatzeak eragiten dute

Behartsuak elikatzeko eta janzteko erabil zitekeen dirua,
suntsipenerako eta hondamendirako erabiltzen da.
Ezjakintasunetik sortutako berekoikeria hau da arazo
.globalen erroko kausa

Denek uste dute gauza zuzena egiten ari direla, baina
beren helburu pertsonalak bakarrik bilatzen dituztenean,
kausa-efektuaren lege karmikoa martxan jartzen dute, eta
horrek, ezinbestean, beren zoriontasuna eta besteen
.zoriontasuna suntsituko ditu

Zenbat eta gehiago ikusten ditudan gizakiaren
ezjakintasunak eragindako munduko tragediak, orduan eta
gehiago konturatzen naiz zoriontasuna ez dela iraungo
.kaleak urrez zolatuta egon arren

Zoriontasuna besteak zoriontsu egitean datza, eta
.denek hori egingo balute, denak izango lirateke zoriontsuak

Eta denek jasoko lukete lurraren oparotasunaren zati

bat

Mundu honetara ez dakigu nondik etorri garenez,
.naturala da bizitzaren jatorriaz eta xedeaz galdetzea

Mundu honen sortzaile bati buruz entzuten eta
irakurtzen dugu, baina ez dakigu nola iritsi harengana.
Dakigun guztia da unibertso osoak bere jainkozko gogoaren
.existentzia aldarrikatzen duela

Erloju txiki baten pieza eta gailu txiki eta zehatzek
erlojugilea mirestera bultzatzen gaituzten bezala, eta fabrika
bateko makina handi eta konplexuek asmatzaileaz harritu
eta txunditzen gaituzten bezala, naturaren mirariak ikusten
ditugunean, haien atzean ezkutatzen den adimenak
harritzen gaitu, eta galdetzen dugu: "Nork eman zion loreari
eguzkiari begira dagoen forma bizia? Nondik datoz bere
usaina eta edertasuna? Eta nola eratu ziren bere petaloak
hain zehaztasun handiz eta tindatu ziren hain kolore
"?zoragarri eta alaiekin

Gauez, izarrek eta ilargiak, beren zilar koloreko argia
gure inguruan barreiatuz, zeruko gorputz hauek espazioaren
zabaltasunean gidatzen dituen kontzientzia hausnartzera
bultzatzen gaituzte. Ilargiaren argi leuna ez da nahikoa
eguneroko jarduerarako, eta beraz, gogo jakintsu eta leun
batek atsedena iradokitzen du gauez. Orduan irteten da
eguzkia, bere argi distiratsuak gure inguruko mundua argi
eta lasaitasunez ikusteko aukera ematen digu, eta gure
.beharrak asetzeko ardura hartzen dugu geure gain

Bi modu daude gure beharrak asetzeko: modu fisikoa
eta modu espiritualala. Gure osasuna okertzen denean,
adibidez, medikuarengana joan gaitezke tratamendua
jasotzera. Baina iristen da une bat non ez medikuak ez inork
ezin gaituen lagundu, eta bigarren bidera jotzen dugu; gure
gorputza, adimena eta espiritua sortu dituen botere
.espiritualera

Botere materiala mugatua da, eta huts egiten
dugunean, Jainkoaren botere mugagabera jotzen dugu.
Honek gure finantza-beharrei ere eragiten die. Gure onena
egiten dugunean eta oraindik nahikoa jasotzen ez dugunean,
.botere horretara jotzen dugu

Denek uste dute beren arazoak direla txarrenak Batzuek
beste batzuek baino presio handiagoa sentitzen dute, haien
erresilientzia ahula delako Pertsonen indar mentalaren
desberdintasunengatik, energia kantitate desberdinak
gastatzen dituzte Norbaitek zailtasun izugarri bati aurre
egiten badio eta bere adimena ahula bada, ezingo du
gainditu Adimen indartsua dutenek beren zailtasunak
gainditu ditzakete oztopoak hautsiz eta beren oinarriak
astinduz Hala ere, pertsona indartsuenek ere porrota jasaten
dute batzuetan Arazo eta zailtasun fisiko, intelektual eta
espiritual izugarriei aurre egiten diegunean, konturatzen
gara zein mugatua den bizi-indarra mundu material honetan

Gure ahaleginak ez dira osasun ona eta segurtasun
materiala lortzera bideratu behar bakarrik, baita bizitzaren
.zentzua bilatzera ere

Zein da bizitzaren helburua? Zailtasunek gainezka
egiten digutenean, lehenik ingurura jotzen dugu, arintzea
ekarriko digula uste dugun egokitzaileen material guztiak
saiatuz. Baina bideitsu batera iristen garenean eta esaten
dugunean: "Nire saiakera guztiak huts egin dute, zer gehiago
egin dezaket?", gure arazoari irtenbide eraginkor bat
aurkitzea serio aztertzen hasten gara. Eta gure
pentsamendua nahikoa sakona bihurtzen denean, erantzuna
geure baitan aurkitzen dugu. Hau erantzundako otoitz mota
.bat da

Nire arimaren isiltasunean
!Utzi nazazu ezagutzen, Jauna

Jabetu nazazu, eta utzi zure betiko presentzia sentitzen

Nire baitan eta nire inguruan

Nire pentsamenduen bakardadean, zure ahotsa
entzuteko irrikitan nago

Lurraren zarata ozenak niregandik urrun eduki

Nire oroimenean ezkutatuta

Zure ahots lasai eta lasaigarria entzun nahi nuke

Eta abeslaria beti dago nire arimaren lasaitasunean

Ene Jainkoa, non Zu guztiz existitzen zaren

.Bertan egon behar duzu

Nire izatearen eta kontzientziaren sakonean

Lagundu iezadazu zati txiki bat ere erakusten

!Nire meategi espiritualeko altxor ezkutuetatik

Oi argi distiratsua

Nire bihotza esna dago

Nire osasun mentala

Bete nire tenplu espirituala zure aintzaz

!Oi, betiko Ipar Izarra

Nondik nora joan eta nolanahi biratu nintzen

Nire gogoaren iparrorratz magnetikoak zuregana
seinalatzen jarraitzen du

Zoritxarraren haizeek jotzen zaituzten ala ez

Edo zailtasunen eta hondamendien euriek bustita

Nire gogoa gidatuta zegoen, hala ere
Betizuregana biratuz
Nire txori maitea, hegoak astinduz
Nahasmen hodeien artean
eta nahasmenaren ekaitzak
Zalantzarik gabe, zureganako bidea aurkituko du
Antzinaroan
.Eterraren bihotzean
Espiritu gisa existitu ginenean
Guztiok lotan geunden
Jainkozko maitasunaren estalpean
Eta Jainkoak esnatu gintuenean
.Harengandik urundu ginen
Seme galduaren istorioan bezala
Gure arteko jainkozko ahaidetasun lotura ahaztu dugu
Elkarrentzat ezezagun bihurtu ginen
Eta gure zeruko etxea utzi dugunetik
Mundu honetan bihurtu gara
Lurraren bazterrak zeharkatzen dituzten bidaiariak
Patuaren bideetan ibiltzen gara
.Urrunegi joan gara
Gure jatorrizko etxetik urrun joan gara

Hala ere, noizean behin

Leku, esperientzia eta aurpegi batzuek esnatzen
gaituzte

Oroitzapen ezkutua eta barne sentimendu sakonak

.Xuxurlatzen digu

Berriro dena bizitzen ari garela sentitzen dugu

Jadanik bagenekien gauzak

Maite ditugunekin elkartu eta harremanetan jartzen
gara

.Haien ondoan geunden

.Iragan urrunean

Oi unibertsoen Sortzailea

Zure argia handiengan distiratzeko da

Haien jainkozko ezagutzak gure ulermena inspira dezala

Utzi konturatzen zu zarela azken helburua

Zer lortzen saiatzen garen

.Anbizio handiena

Lortu nahi duguna

Freskatu gaitzazu zure presentziaren haize
usaintsuarekin

Bete gaitzazu zure presentzia loriatsuaren irrikaz

Zure jainkozko jakinduriaz elika dadila gure izatea

Senti dezagun zure argi santua

Gure bizitzako alderdi guztiak zeharkatzen ditu

Eta gure erabakia indartzen du

Eta gure iluntasuna uxatzen du

Eta bakeak ingura gaitzazu

eta baikortasuna

Eta ekintza onak egiteko gogoia

Printzearen eta Eremita Argituaren artean

Behin, printze tirano bat ehizara joan zen bere morroi
eta laguntzaileekin, guztiz hornituta eta armatuta. Basoan
.sakondu ziren, adarrak joz eta danborrak joz

Txori, orein eta tigre basati batzuk ehizatu ondoren,
printzeak eta bere segizioak konturatu ziren galdu zirela

Janari ugari zuten, baina urik ez. Basoan ur bila nekaezin
ibili arren, ez zuten bat ere aurkitu. Ez zuten gaueko piztia
basatien erasoetatik babesik, iluntasuna azkar hurbiltzen ari
.baitzen

Eguzkia bistatik desagertu zen, eta karabana gidatzen
ari zen printzea txabola zahar eta hondatu batera iritsi zen.

Zalditik jaitsi ondoren, ireki gabeko atea bultzatu eta
txabolara sartu zen. Barruko guztia ilun zegoen, izkina
bateko argi-distira bat izan ezik, eta etsipenez pentsatu
."zuen: "Txabola ere hutsik dago

Baina itxaropenak bultzatuta, oihu egin zuen: "Bakea,
"?ba al dago inor hemen

Harrituta geratu zen ahots lasai bat entzun zuenean,
lasai erantzuten ziola esanez: "Bai, hemen nago. Ura bilatzen
"?ari zara

Printzeak une batez iluntasunera begiratu zuen gizaki
baten mamua ikusi zuen arte, eta harrituta geratu zen

gizonak haren pentsamenduak ezagutzen zituelako hura
.ezagutu edo ezagutu aurretik ere

Printzeak galdetu zion ostalariari: "Nor zara zu?"
Ostalariak erantzun zion: "Jainkoari deboziozko aszeta pobre
."bat

Eremita piztu zuen lanpara bat eta printzeak bere
segizioa deitu zuen, eta poz handia sentitu zuten baso urrun
.hartan ura eta fruituak aurkitzean

Printzeak ermitauari galdetu zion: "Ez al zara tigreen eta
"?sugeen beldur

Xeke ermitauak erantzun zuen: "Noski ezetz, tigreak
dira nire katuak, eta sugeak baketsuak dira niretzat.
Lagunak gara, beti Jainkoaren maitasunaren eguzkiaz
gozatzen dugunak, existentzia honetan guztian distiratzten
."duenak

Printzeak ermitauari arreta handiagoz begiratu zionean,
izuak hartu zuen ermitauaren lepotik zintzilik kobra pare bat
ikusi zuenean. Ikusitakoa baieztatzeko hurbildu zenean,
sugeek txistu egin eta mugitu egin ziren, buruak astinduz,
printzearen bihotzean beldurraren dardarak eta mendeku-
.gogoa sumatzen baitzituzten

Gainera, une hartan basoko tigreetako bat txabolan
sartu eta lasai etzan zen ermitauaren oinetan. Jainkoaren
gizonak kontsolatu eta burua laztandu ondoren, tigrea lasai
.alde egin zuen, basoaren bihotzerantz abiatuz

Printze harroputzak bere artean pentsatu zuen: "Agure
hau zuzena eta bihotz onekoa izan behar du, animalia
basatietatik eta egarri hilgarritik babestu gintuen eta. Bere
ekintzaren sari gisa, aberastu egingo dut". Orduan,
:ermitauari hitz egin zion, esanez

Ai Xeike, zure aurpegia adeitasunez eta zintzotasunez"
distiratzen da, eta eskertzen dizut niretzat eta nire
ingurukoentzat egin duzun guztia. Horregatik, sekretu bat
eman nahi dizut, zeinaren bidez aberats eta aberats
bihurtuko zaren. Sekretu hau lehen aldiz agerian uzten dizut,
."eta zuri bakarrik

Hitz hauek esan bezain laster, printzeak harri bat atera
:zuen kapa azpitik eta hitz egiten jarraitu zuen, esanez

Familiako altxor hau zure esku utzi nahi dut."
Filosofoaren Harria da, eta agian aberastu egingo zara hura
erabiliz. Harri honek urrea egiten du, eta alkimista
handienetako batek eman zion nire aitari. Ukitzen duen
guztia urre puru bihurtzeko gaitasuna du. Harri hau
urtebetez erabil dezakezu eta harriak urre bihurtu, eta gero
saldu urrezko jauregi bat erosteko. Urtebete barru itzuliko
naiz zuregana bisitatzerara eta nire harria berreskuratzerara,
."nire bizitza baino preziatuagoa iruditzen baitzait

Eremitauak ez zuen erantzukizun hori onartu nahi izan,
baina printzearen etengabeko eskaerei erantzunez,
filosofoaren harria gordetzea onartu zuen. Printzeak
ermitauak harria gerriko azpian jartzen ikusi zuen (jendeak
dirua lapurren beldurrez gordetzen zuen tokian!), eta gero
.printzea bere bidetik joan zen

Urtebete geroago, printzea bere segizioarekin itzuli zen,
txabola hondatuaren ordeztu jauregi bikain bat ikusteko
esperantzaz. Baina etsita geratu zen txabola oraindik zutik
zegoela eta lehen baino egoera okerragoan zegoela
ikustean. Beraz, zalditik jaitsi eta atea bultzatu zuen, ahots
"?ozenez oiher eginez: "Bizirik al zaude oraindik, ermitau

Eremitak ahots sendoa eta sakonez erantzun zuen: "Bai,
."Jainkoari gorazarrea, printzea! Ongi etorri nire etxe apalera

Berehala eta sarrerarik gabe, printzeak oihu egin zuen:

"Zer gertatzen zaizu, gizona? Zer egin duzu utzi dizudan
"?harri filosofalarekin? Zergatik ez duzu erabili aberasteko

Eremita une batez pentsatu eta gero erantzun zuen:

"Zer da filosofo-harri hori aipatzen ari zarena, eta zer esan
nahi duzu aberats bihurtu behar naizela esaten duzunean?

."Egia esan, ez dut naizena baino aberatsagoa izan nahi

Izuak hartu zuen printzea, pentsatuz ermitau zaharrak
bere harria galdu zuela harekin zuen axolagabekeriagatik,
eta erregu-tonuarekin esan zuen: "Duela urtebete gerrikoan
jarri zenuen harri filosofal baliotsu hori esan nahi dut?

[Eddie, zure gerrikoarekin], esadazu zer egin zenuen
"?harekin

Eremuak erantzun zion: "Hori da, oraintxe bertan
gogoratzen dut zure harribitxi preziatua. Egun batean,
Jainkoaz gogoetan murgilduta nengoen ibaira bainatzera
joan nintzenean, eta uste dut harria arropatik irrist egin eta
."urak irentsi zuela. Seguru egon zaitez

Printzeak ahots ozenez oihu egin zuen: "Ai, nire galera
ordezkaezina! Dena galdu dut!" eta ia konortea galdu zuen
harriduraz. Eremitak ur hotza aurpegian zipriztindu eta
berpiztu egin zuen, printzearen morroiak xeikharengandik
hurbildu ziren bitartean, begiak gaiztakeriaz distiratsu, kalte
egin nahian. Baina ermitak barre egin eta esan zuen: "Ai,
Zure Altesa, hain maila altua duena, ez nekien harri
batengatik hainbesteko iskanbila sortuko zenuenik. Zatoz
nirekin ibaira, eta zure harria bilatuko dut eta aurkitzen
."saiatuko naiz

Printzeak erantzun zion: "Burua galdu duzu? Orain bilatu
nahi al duzu duela urtebete zuregandik erori eta korronteak
"?eraman zuen harri bat

Baina ermitauak ez zien jaramonik egin haren hitzei, eta oihu egin zion, esanez: "Printze txikia, ez dago zalaparta guzti honen beharrik. Itxaron ibaian harria bilatu arte.
."Zatozte nirekin, denok

Sorginkeria baten eraginpean baleude bezala, printzeak eta bere segizioak ermitauaren magnetismo gardenari erantzun zioten eta isil-isilik jarraitu zioten ibairaino. Han, ermitauak printzeari eskatu zion zapia poltsikotik ateratzeko, lau ertzetatik eusteko eta ibaian sartzeko, honela otoitz
:eginez

Printzeen Printzea, Erregeen Erregea eta Harri Filosofal"
"guztien Egilea, itzuli iezadazu nire harria

Printzeak hori egin eta zapia uretatik atera bezain laster, harrituta geratu zen bere begi sinesgaitzekin hogei harri filosofal baino gehiago ikustean, galdu zuen jatorrizkoaren propietate berdinak. Bakoitza probatu ondoren, ikusi zuen bakoitzak hondartzako harri arruntak urre bihur zitzakeela.
.Printzeak harriak zapian lotu eta sorta ibaira bota zuen

Eremita eta bere segizioak oihu egin zioten: "Zergatik egin duzu hori?" Baina printzeak Jainkoaren gizonari begiratu
:zion, errespetuz makurtu zitzaion aurrean, eta esan zion

Jauna, zuk daukazuna nahi dut, urrea egiten duten"
".harriak baliogabetzat jotzen dituzunak

Eta horrela, printzeak bere lurreko erreinua utzi zuen jakintsu zaharrengandik espirituaren erreinua nola lortu ikasteko, espazioak ez baitu eta suntsipenaren menpe ez
.dagoena

Istorioaren morala da lurreko aberastasuna, baliotsua iruditu arren, iragankorra dela eta mundu xume honetan atzean utzi behar dela, gorputza hilotz hotz eta bizigabe
.bihurtzen denean

Filosofoaren harria erabili beharrean, hemen
aberastasun iragankorrek bakarrik metatzeko gaitasuna
sinbolizatzen duena, agortezina eta iraungitzezina den
jainkozko aberastasuna lortzeko bere denbora eta gaitasuna
.eskaini dituen aszetaren antzekoa izan beharko genuke

Jainkoa ezagutzen duenak ametsak gainditzen dituen
aberastasunak izango ditu, eta beharrezkoa izanez gero,
ondasun materialak utziko ditu harriak balira bezala,
aberastasun espirituala lortzeko eta benetako aberastasunak
.gozatzeko itxaropenarekin

Besteekiko dugun harremanetan
Oso garrantzitsua da aitortzea eta baloratzea
Ezaugarri bereizgarriak eta kalitate nobleak
Beren esperientzietatik atera zituztenak
Eta beren izatetik moldatu zuten
Adimen irekia duten pertsonak aztertzen baditugu
Haiek ulertzeko eta erosotasunez aurre egiteko gai
izango gara
Berehala ere gai izango gara
Gurekin ari garen pertsonaren izaera ezagutzea
Ez hitz egin filosofo batekin zaldi lasterketei buruz
Ez eztabaidatu zientzialari batekin etxeko antolaketari
buruz
Badakit zerk interesatzen zaion pertsonari eta zerk
erakartzen duen haren arreta
Eta gai horri buruz hitz egin zion

Ez nahitaez interesatzen zaizkizun gauzei buruz
Besteak ulertu nahi baditugu
Saihestu behar dugu haiek kritikatzeta eta gaitzestea
Horren ordeztu, gure bereizketaren ispiluan begiratu
beharko genuke
?Zer konpondu eta hobetu behar den jakiteko
Ispilu psikologiko hori oso desberdina da
Goizero begiratzen dugun ispilu ezagun horri buruz
Egunero begiratzen diot neure buruari ispilu horri
Gustatzen ez zaidan zerbait aurkitzen badut
Neure buruari leporatzen diot eta gogor lan egiten dut
zuzentzeko
Horrela, pertsona batek bere irudia ikusten du
Bere arimaren ispiluan bere benetako forman islatuta
Eta egunez egun aurrera egiten du
Zoriontasunerako eta lasaitasunerako bidean
Jainkoak bedeinka zaitzala eta bakea izan bedi zurekin

Irriken Sarea

Hemen nago, nire irriken sarea botatzen
Nire pentsamenduen itsaso zabalean
Askotan ihes egin didazu, jainkozko harrapakin
!preziatua
Hala ere, bakearen sakonean murgiltzen jarraitzen dut

Eta etengabe, nire maitasunaren sareak bata bestearen
atzetik jaurtitzen dizkizut

Egunen batean harrapatu beharko zaitut zure irrika
amaigabearen sarean

Nire maitasun sare hau edonora botatzen dut

Bizitzaren olatu nahasien gainetik

Eta izar distiratsuei buruz

Eta arima onen sakonean

Dakidan guztia ehiztaria naizela da

Eta harrapatzen saiatzen jarraituko dut

Oi, existitzen den desiorik maiteena eta altxorrik
!handiena

Ezjakintasunaren beloak eraisteko eta ilusioaren
iluntasuna uxatzeko eskatzen diot, eta zure bizitzako anbizio
handiena eta zure desioen tronuan irrika sendoena izan
dadin, eta letargia eta atzerapena jarduera espiritual
bihurtzen laguntzeko, poz, berritze eta ilusioz beteriko
jarduera batean. Jainkozko maitasunaren ardotik edateko
eskatzen diot mozkortu arte, eta bisitatzeko bisita santu
batekin, non kontsolamendua dagoen, eta zure bihotza
maitasunaren eta esker onaren urekin garbitzeko, eta zure
izatean ziurtasunaren lanparak pizteko, eta zure ametsak
bere itsaso bedeinkatuaren errealitatean urtzeko, eta
Harengan asebetetzea eta gogobetetzea aurki dezazun,
lasaitasuna zure ariman bizi dadin eta zeruko bedeinkapenak
.zure gainera jaitsi daitezen

Isiltasunak pentsamenduak lasaitzea esan nahi du

Gorputza lasaitzea eta bere beharrak kontrolatzea

Hori egiteko gai denak lasaitasun freskagarria biziko du

Mundu finduetatik datozen olatu eta inpresio sublimak
sentituko ditu

Eta isiltasunean sakonago murgiltzen denak, orduan

Jainkoaren erreinua bere baitan aurkituko du

Pertsona bat errepidean dabilen bitartean

Bere denboraren une oro oso preziatua da

Denbora gutxirako gaude hemen lur honetan (pasabide-
etxean)

Dena iragankorra da, baina Jainkoaren sentimendua
iraunkorra da

Ezerk ezin du bihotzetik eta arimatik ezabatu

Ez utzi behar mundu honetako tentazioek gu mugitzen

Gure helburu handienetik eta gure helburu gorenetik
urrunduz: Jainkoa

Jainkoa ezagutzea posible da

Unibertsoen maisua aurkitu behar dugu

Noren argitik distiratzten dute izarrak

Eta haren boterearekin bihotzak taupaka

Isiltasunaren Tenpluan bilatu behar dugu

Jainkoari irrika eta irrikaz deitzen diogunean

Eta irrika biziz pentsatzen dugunean beragan

.Aurkituko dugu

Ez nago jainko ezezagun bati buruz ari

Baizik eta, ezagutu dudan Jaunari buruzkoa da

Eta egia da niretzat

Gauza fisiko guztiak baino errealagoa da

Gure giza bizitzaren olatuak eusten eta eusten dituen
itsaso jainkotiarra da

Dena gabe egin dezakegu

.Jainkoa izan ezik

{Hain goratua da Jainkoa, Subiranoa, Egia}

Zorionekoak bihotz garbikoak, zeren Jainkoa ikusiko)
(baitute

Naturala da pertsona batek maitatzeko eta maitatua
izateko beharra sentitzea. Baina bihotzaren irrika hori, azken
.finean, maitasun horren iturria da, hau da, Jainkoa

Giza maitasuna itxaropen, kalkulu eta gogoeta
subjektibo askotan oinarritzen da, beraz, ez dago bere
.iraunkortasunaren bermerik, baldintzek mugatuta baitago

Jainkozko maitasuna, ordea, baldintzarik gabekoa,
konstantea eta iraunkorra da. Zure bihotzean ukitzen badu,
.beti aurkituko duzu zurekin

Edozein egoeratan, babes eta lasaitasun iturri gisa
.sentituko duzu, zailtasun eta miseria artean ere

Sufrimendu eta proba gogorren artean

Denek abandona zaitzakete, baina maitasun sakratu
horrek ez zaitu utziko, ez zaitu hutsik egingo, eta ez zaitu
kezka eta ilusioen biktima utziko, bizitzaren bira eta buelta
.artean zerutik datorren babes-indar eta gidari-argia baita

Giza maitasuna jainkozko maitasunez kargatzen
denean, puru eta argi bihurtzen da. Baina giza maitasuna
den erreka eta jainkozko maitasuna den iturburutik bereizten
baduzu, isuriari uzten dio eta munduko hondarretan galtzen
.da

Giza maitasuna jainkozko maitasunarekin lotuta dagoen
bitartean, bihotza leuntzen du, kontzientzia freskatzen du
.eta arimaren lorategiak bizitzaren urez ureztatzen ditu

Maitasuna: Borondatearen estimulatzailea

Dena egiten dudanean, bihotzeko maitasun guztiarekin
egiten dut

Probatzen baduzu, ikusiko duzu ez zarela batere
nekatuta sentitzen

Maitasuna borondatearen pizgarri handiena delako, eta
maitasunaren eraginpean dagoen borondateak botere
apartekoa duelako batzuentzat ezinezkoak irudituko zaizkien
.gauzak egiteko

Ikuspegi espiritualak

**Paramhansa Yogananda maisuaren
irakaspenetatik**

**Besteen zoriontasuna kontuan hartu gabe bere
buruarentzat zoriona bilatzen duen berekoikeriak,
edo bere helburu berekoiak lortzeko besteen interes
legitimoak zapaldu eta suntsitzen dituenak,
zorigaiztoa biderkatzen du eta miseria eta atsekabea
eragiten ditu.**

**Jauna, zu zara eskuzabaltasun mugagabearen
iturria eta bedeinkapen eta ontasunaren iturri
gainezkagarria. Ezagutu dezagun gu ere ematearen
poza, eta eman dezagun libreki besteen beharrak
asetzeko, gure beharrak balira bezala.**

Pertsona batek besteak kondenatzen ez dituenean, baizik eta ulermenez eta maitasunez laguntzen saiatzen denean, orduan Jainkoaren legeek —indar kontziente gisa— pertsona errukitsu hori modu berean tratatuko dute.

Bihotz on eta eskuzabaltasunez gainezka dagoen bihotz batekin besteei laguntza mentala eta materiala ematen dien edonork ikusiko du ematen duena itzultzen zaiola, eta hau da bihotzei aplikatzen zaien ekintza legea.

Pertsona batek besteekiko sentitzen duenak etengabeko bibrazioak sortzen ditu eterrean, enpatia eta adeitasun kopuru bera erakarritik. Kalte egin diotenei barkatzen dien horrek barkamena eta tolerantzia erakarriko ditu bere buruarentzat.

Buru sendoko jende on eta adimentsuarekin laguntzea, liburu onak irakurtzea, norberaren barnea arakatzea, artelan sortzaileetan, zientzian, literaturan eta jarduera emankor eta onuragarrietan aritzea, guztiek laguntzen dute adimena garatzen eta indartzen, ezagutza handiagoetarako hartzailleagoa bihurtuz. Gainera, eguneroko meditazioak arima jainkozko jakinduriak kargatzen du.

Ez dago konparaziorik lurreko aberatsen eta espirituzko aberatsen artean, espirituzko aberatsak baitira aberatsen artean aberatsenak Jainkoaren begietan.

Freskatu gaitzazu zure presentziaren haize usaintsuarekin

**Bete gaitzazu zure presentzia loriatsuaren irrikaz
Zure jainkozko jakinduriak elika dadila gure izatea
Senti dezagun zure argi santua**

**Gure bizitzako alderdi guztiak zeharkatzen ditu
Eta gure erabakia indartzen du
Eta gure iluntasuna uxatzen du
Eta bakeak ingura gaitzazu
eta baikortasuna
Ekintza onak egiteko motibazioa ematen digu**

**Mundu mailako arazoen erroa ezjakintasunetik
sortzen den berekoikeria da.**

**Denek uste dute gauza zuzena egiten ari direla,
baina beren helburu pertsonalak bakarrik bilatzen
dituztenean, kausa-efektuaren lege karmikoa
martxan jartzen dute, eta horrek, ezinbestean, beren
zoriontasuna eta besteen zoriontasuna suntsituko
ditu.**

**Zenbat eta gehiago ikusten ditudan gizakiaren
ezjakintasunak eragindako munduko tragediak,
orduan eta gehiago konturatzen naiz zoriontasuna ez
dela iraungo kaleak urrez zolatuta egon arren.**

**Zoriontasuna besteak zoriontsu egitean datza.
Hori egingo balute, denak zoriontsuak izango lirateke
eta denek jasoko lukete lurraren oparotasunaren zati
bat.**

**Pertsona batek bere bizitza kontrolatu ahal izan
behar du porrotaren haziak eta sustraiak
desagerraraziz, bere borondatea bide egokian
trebatuz, giza ilusioak aldatu eta astintzeko.**

**Borondate hau funtsean hautsiezina da, jainkozko
borondatearen isla delako, eta dagoeneko existitzen
delako gizakiaren baitan, eta egin behar duen guztia
bere sakonean agerian uztea da.**

Zure jarraitzaileek otoitz egiten dutenean

**Estasi sakratuaren izpiak biltzen ditut haien
begietatik**

**Eta nire grina espiritualarekin nahasten dut
Nire pentsamendu egarriei edari freskagarri gisa
eskaintzeko**

**Asetu arte edaten du, eta bere minak eta
beldurak desagertzen dira**

**Doluminak eta elkartasuna eskatzen dutenentzat
Koktel magiko hau aurkezten dizuet
Bihotz zintzo eta asmo onen edalontzi gardenean
Elixir bedeinkatu hau edaten duen orok
Euforia egoera etengabea bizi du eta bere
arazoak eta minak ahazten ditu!**

**Eman iezaguzu ulermenaren ura
Milioi bat pertsona nekatuta eta egarri
espiritualak higituta zeuden**

**Beraz, ezjakintasun izugarriaren jendetza artean
bultzaka hasi ziren**

**Askok dardaraldi bortitzak astindu dituzte
Bidean erortzen dira.
Ezjakintasunak bere apatxekin zapaltzen ditu
Jauna, bakearen ura nahi dugu
eta jakinduriaren edaria
Eta ulermenaren elixirra
Gure egarri sutsua asetzeko
Ulermenaren urak itzali gabe,
Eztabaidatu egiten dugu, liskarrak ditugu eta
borrokatu egiten dugu
Elkar hiltzen dugu.
Aurkitu saiatu beharrean
Goi-lautada garaien haranean
Ulermenaren Lakuan
Noren urak arimaren egarria asetzen du
Emozioen eremuak kontaktzen ditu**

Erruki eta borondate oneko olatuak besteei bidaltzen dizkiedan bakoitzean, Jainkoaren maitasunerako bidea irekitzen dut.

Niregana etor zaitezten

Jainkozko maitasuna ongi handiena erakartzen duen iman bat da

Sartu, Jauna, nire arimaren santutegian, nire bihotzeko irrika-leihotik eta nire otoitz sutsuen bidez.

Nire ahultasun intelektual eta moral guztiak erreko ditut erabakitasunaren suan, ahultasun horietatik libratzen ez banaiz, ezingo baitut jainkozkougar bedeinkatua ikusi.

Ai, Jauna

Gaur gauza zehatzak egiteko konpromisoa hartuko dut eta gero planifikatu nuena egingo dut

Lehenik eta behin nire asmoa zuzena dela ziurtatuko dut, eta gero zure indarra sentituko dut eta, zure laguntzarekin eta bedeinkapenarekin, egin nahi dudana lortuko dut.

Gaixotasunak hiru motatakoak dira: fisikoak, psikologikoak eta espiritualak

Gaixotasun fisikoak hainbat intoxikazio, gaixotasun infektzioso eta istripu motaren ondorioz sortzen dira

Buruko gaixotasunak beldurrak, antsietateak, haserreak eta beste asaldura emozional batzuek eragiten dituzte

Gaixotasun espiritualak, ordea, pertsona batek Jainkoarekiko duen harremanaren ezjakintasunetik dator.

Ezjakintasuna da gaixotasun handiena. Pertsona batek ezjakintasuna kentzen duenean, gaixotasun

fisiko, psikologiko eta espiritual guztien kausak ere kentzen ditu.

Nire irakasleak, Sri Yuktsuwarrek, askotan esaten zuen: Jakinduria da gaixotasun guztien sendabidea.

Eguzki izpiak zabaltzen diren heinean, itxaropen izpiak txertatuko ditut pobre eta miserableen bihotzetan, eta erabakitasun eta autokonfiantzazko lanparak piztuko ditut porrot egiten dutela uste dutenen bihotzetan.

Bizitza ikasteko eta betebeharrak betetzeko eskola bat dela eta, aldi berean, amets labur bat dela konturatzen garenean, orduan jakingo dugu Jainkoa gurekin dagoela.

Bizitza zerbitzuan oinarritu behar da, helburu noble hori gabe, Jainkoak gizakiari eman zion adimenak ez baitu lortuko sortu zen helburua.

Gau batean ozeanoan bainatzera joan nintzen ilargi-argitan. Ura oso hotza zegoen, baina gogorarazi nion neure buruari dena elektrizitateaz egina dagoela, hotza sortzen duen elektrizitate berak beroa ere sortzen duela, eta ura bera energia elektrikoen adierazpen bat baino ez dela.

Pentsamendu honen erdian, Jainkoaren argiak inguratu ninduen, eta hotzaren sentsazioa alde egin zidan, onartu nahi ez nuelako. Horren ordeztan, dena jainkozko elektrizitatez egina dagoela dioen egia baieztatu nuen.

Duela urte batzuk, eguraldia jasanezin beroa zen, eta denak arnasestuka zeuden. Elkartzeko mentalaren bidez, haien ondorengo niregana transferitu zen, kontzentratzea eta artikulatuak idaztea eragotziz. Orduan, neure buruari errieta egin nion, esanez: "Zergatik hau guztia?" eta Jainkoari otoitz egin nion.

"Ai Jainkoa, elektrizitate berak sortzen du beroa labean eta izotza hozkailuan. Eguraldia epela da!" Berehala eguraldia atsegina egin zitzaidan, elur geruza batek gorputza inguratu izan balit bezala, eta oso inspiratuta sentitzen hasi nintzen eta inolako zailtasunik gabe idazten hasi nintzen.

Behin, Estatu Batuetan zehar bidaiatzen ari nintzen autodeskubrimenduko ikasle gazte talde batekin [erreferentziak diote horietako bat Rashid zela]. Horietako bat nire idazkaria zen. Berak eta biok autoan lo egiten genuen eta manta txiki bat partekatzen genuen.

Gaua izozte-hotza zen. Lo sakon batean erori nintzenean, manta kendu zidan, eta erdibidean esnatu nintzenean, inkontzienteki manta kendu nion! Honek denbora batez iraun zuen Orduan nire buruak esan zuen: "Zergatik jokutzen duzu horrela? Dena ondo dago. Bero zaude!"

Orduan manta kendu, eseri eta meditatzen hasi nintzen, nire gorputza ogi bero baten antzera sentitu arte. Bi ordu geroago, dizipuluak esnatu zirenean, hotzez dardarka, geldirik aurkitu ninduten. Estasi santuan murgilduta nengoen, eta hil nintzela pentsatu zuten. Nire estasi espiritualetik esnatu ninduten oihuekin, baina irribarre egin eta esan nuen: "Zergatik zarata guztia, gazteok? Jarrai dezagun gure bidaian".

Protestatu egin zuten, esanez: "Izotzez betetako hotzetan eserita nengoen, berokirik edo mantarik gabe! Hala ere, ez nuen katarrik hartu, ni izan nintzen bero mantendu zen bakarra!"

Oharra: Ez dugu gomendatzen gorputza klima-baldintza gogorren eraginpean jartzea. Paramahansa jakintsuak esperientzia hauek aipatu zituen gizakiaren potentziala eta berezko gaitasunak

erakusteko, baina hala ere kontuz ibiltzea eta neurritasuna aholkatu zituen halako egoerei aurre egitean.

Badakit nire pentsamenduek porrota edo arrakasta ekarriko didatela, nire bizitzako ideiarik indartsuenaren arabera. Horregatik, gogoratzen saiatuko naiz Zuk, Jauna, zure laguntza-eskua luzatzen didazula eta nire arrakastarako bidea zabaltzen didazula.

Zintzotasuna eta zintzotasuna erabiliko ditut guztiekin ditudan harremanetan eta elkarreraginetan, eta maitasun pentsamenduak eta desio onak zabalduko ditut, eta orduan Jainkoak bere indarrarekin eta jakinduriarekin lagunduko dit.

Adimena Jainkoarekin harmonian dagoenean, ontasun guztien iturria eta botere bedeinkatu guztien jatorria denarekin, jainkozko presentziaz jabetzen da eta arrakastaren elementu guztiak ditu.

Elementu hauek Jainkoaren botere ahaltsuarekin estuki lotuta daude, edozein arlotan arrakasta lortzeko arrazoi eta aukera berriak sortzeko gai baita.

Egia esaten diguten eta geure burua hobetzen laguntzen diguten pertsona aurrerakoien komunitate bat bilatu beharko genuke.

Lagunik onena apaltasunez gure bizitzak hobetzeko erabil ditzakegun moduak eta egin beharko genituzkeen gauzak iradokitzen dizkiguna da.

Kritika gogorra, gaiztakeriaz eta sentimendu gogortuz egindakoa, mailu batekin buruan jotzea bezalakoa da, maitasuna, berriz, indartsuagoa eta onuragarriagoa da.

Maitasunez eta ulermenez egindako iradokizun atseginek mirariak sortzeko ahalmena dute, besteen kritika mingarriak, berriz, ez du ezer baliotsurik lortzen.

Atsekabe sakonenak ere denborak sendatzen ditu, beraz, ez du zentzurik gure bizitzako egunero tristura ekartzeak.

Maite dugun norbaiten dolu luzeak ez dio ez laguntzen ez berari ez guri, ezta errealitatean ezer aldatzen ere.

Gutxiagotasun konplexua garatzea edo norbera zigortzea iraganeko akats edo porrotengatik ez da onuragarria; aitzitik, bizitza tamalgarri bihurtzen du eta gaitasun mentalak paralizatzen ditu.

Ez dugu errutina aspergarriaren zuloan erortzen utzi behar, egoera psikologiko hori ez baita batere eroso, adimena asaldatzen baitu eta gaitasun ezkutuk apatiaren labeen erretzen baititu.

Giza borondatea energia-sortzaile indartsua da. Borondate-indarra eta benetako energia-iturrietara sartzeko nahia erabiliz, pertsona batek azkar konekta daiteke barne-indarren banatzaile infinituarekin.

Hitz oro, ona edo txarra izan, bere bibrazioak (hau da, bere efektuak) uzten ditu gorputzean edo garunean, eta bizi-energian eta pentsamenduan joera eta desioen moduan. Beraz, hizkera ororen bibrazioek joera onak edo txarrak uzten dituzte gogoan.

Egia desitxuratzeko motiboak kentzen dituenak indar izugarria ezartzen du bere baitan, lekukotasun faltsurik ez emateko eta bere hitz guztiak egiazkoak izateko.

Jauna, eman ie zadazu indarra nire ahotsa egiaren zerbitzura erabiltzeko, hitz gozo, onuragarri eta freskagarriak esanez. Jo ezazu zure doinu hilezkorrak nire bizitzako txirulan, zure doinu santuen bibrazioek bedeinkatua izan nadin.

Ozeano kosmiko mugagabearen parte gara. Bertara iristen garenean eta bertan igeri egiten dugunean, gure kontzientzia zabaltzen da eta gure zabaltasuna sentitzen dugu.

Hari buruz pentsatzeak hurbiltzen gaitu, hausnartzeak bertara eramaten gaitu, eta harekin harmonizatzeko etengabeko ahaleginak ezagutza, determinazioa eta energia ematen dizkigu.

Zailtasun bat dirudiena, egia esan, gure baitan gordetako botereak askatzeko gonbidapena da, eta gure baitako onaren energia latenteak askatzen diren bakoitzean, indartsuago eta jakintsuago bihurtzen gara.

Jainkoak laguntza-eskua luzatzen du modu ezkutuetan. Meditazioan zehar bilatzaileari jaisten zaion lasaitasuna bere presentziaren froga da, eta meditatzaileak sentitzen duen poz espirituala bere irrika eta maitasunari emandako erantzuna da.

Pertsona batek denbora nahikoa izan behar du naturaren edertasunaz goatzeko, bere bizitza aztertzeke eta beharrezkotzat jotzen dituen gauzak edo ezinbestekoak direla uste dituenak eta ezinbestean egin ditzakeenak aztertzeke, duenaz gozatu ahal izateko eta beharrezko denbora bere senideekin eta lagunekin eman ahal izateko, hobeto ezagutzeko, eta, batez ere, bere burua ezagutzeko.

Jainkoa ezagutzen dutenek ulertzen dute barne-arimak betiko zoriontasuna duela barruan, eta zoriontasun hori dastatzen eta harekin pozik dagoenak betiko jakinduria duela.

Zergatik dirudi gaixotasuna beldurgarria? Mina eta heriotza ekartzen dituelako

Gaixotasuna gorputzetik, ezjakintasunez inguratutako adimenetik eta arimatik ezabatu behar da.

Mina ez dago gorputz fisikora mugatuta; sufrimendu mentala, psikologikoa eta espirituala ere badago. Malenkonia, bestelako temperamentu eta egoera psikologiko osasungaitzak eta gehienbat irudizkoak diren beldurrak jasaten ditugu. Espiritualki, gure arimen izaera hilezkorren ezjakintasunagatik pairatzen dugu.

Jainkozko botereak zehaztasun handiz funtzionatzen du, beraz, harmonian egon eta harekin bat etorri behar da.

Jainkoaren bibrazio kosmikoa guregana eta gure bidez isurtzen utzi behar diogu

Eta bere presentzia bizia gure bizitzetara ekartzeko eta gure gorputzak bere energia bedeinkatu eta sendagarriarekin kargatzeko

Abantaila negatiboak positiboekin ordezkatzuz, nahasmena desagertzen da eta lasaitasuna berreskuratzen da.

Dizipulu batek bidean aurrera egiteko erabaki irmoa hartzen duenean, ez dago ezer geldituko denik eta ez dago oztoporik oztopatuko duenik.

Gorputza bilioi zelulaz osatuta dago, eta zelula bakoitza izaki adimentsu bat bezalakoa da. Zelula

**bakoitzean latente dagoen adimena esnatu eta
trebatu behar da jakin daitekeen guztia jakiteko,
baina gizakiak ez ditu zelula horiek trebatu, eta
beraz, depresio egoeran bizi da, pertzepzio mental
iheskorretan, eta ezagutza faltagatik sufritzen du.**

**Oharra: Goiko adierazpena Paramahansa maisuak
1927an emandako hitzaldi batean egin zuen.
Hamarkada batzuk geroago, biologoek zelula
bakoitzaren nukleoan zegoen DNA identifikatu ahal
izan zuten. Esperimentuek frogatu dute zelula
bakoitzeko DNAk informazio eta adimen izugarri
zehatza duela.**

**Zintzotasuna eta zintzotasuna pertsona batengan
asko baloratzen ditudan ezaugarriak handienetakoak
dira.**

**Adiskidetasuna zintzotasunarekin hazten da eta
zintzotasunaren lurzoruan loratzen eta hazten da**

**Norbaitengandik zenbat hurbil egon arren,
harreman hori errespetuz eta portaera egokiarekin
gozatu behar dugu, orduan adiskidetasuna zoragarria
eta iraunkorra izango da.**

**Hala ere, arduragabekeriara eta besteen
sentimenduekiko arduragabekeriara eramaten duen
familiaritateak suntsitzailea da adiskidetasunerako.**

**Pertsona batek bizitzako eskailera igo duten
benetako lagunak behar ditu etengabe hobetzen
laguntzeko. Besteei ere lagundu beharko lieke
igotzen eta haiekin partekatzen Jainkoaren
bedeinkapenak, berak gozatzen dituenak.**

**Benetako adiskidetasuna arimak elkarrengana
hurbiltzen eta jainkozko maitasunaren loturaz lotzen
dituen erakarpen espiritual unibertsala da.**

Maitasun edo adiskidetasun hau bi pertsona edo gehiagoren artean gerta daiteke

Adiskidetasun espiritualak bihotzean bizi denean, arima espiritu kosmikoaren itsaso zabalean flotatzen da, Jainkoaren sorkuntzatik bereizten zuten murrizketak eta mugak atzean utziz.

Gizateria osoarekin lotura bat sentitzen dut, pertsona batek bere familiarekiko lotura sentitzen duen bezala. Sentimendu hau deskribaezina da, eta datorrenean, bizitzaren esanahiaren eta edertasunaren ulermen sakona dakar berarekin.

Zentzuduna da Jainkoaren nahia egiten ahalegintzea egiten dugun guztian, hau baita barne bakearen eta zoriontasunaren bidea. Unibertso zabala eta mugagabe hau, bere indar natural anitzekin, Jainkoaren nahi gidariaren arabera gobernatzen da. Dena jainkozko planaren arabera funtzionatzen du, eta gu kosmos plan horren parte gara.

Gure betebeharra bete behar dugu, eta Jainkoak esleitzen digun rola jokatu behar dugu, ez guri gustatzen zaiguna.

Artxiboetatik: Elkartu al gara lehenago?

Aspaldiko garaietan, eterraren bihotzean, espiritu gisa existitu ginenean, denok lo egiten genuen

Jainkozko maitasunaren estalpean Eta Jainkoak esnatu gintuenean, urrundu egin ginen Harengandik, seme galduaren istorioan bezala, eta gure arteko jainkozko lotura ahaztu eta elkarrentzako arrotz bihurtu ginen

Gure zeruko etxea utzita, mundu honetako bidaiari bihurtu gara, lurraren bazterrak zeharkatuz eta patuaren bideetan ibiliz.

**Urruti eta zabal bidaiatu dugu, gure jatorrizko
etxetik urrun Hala ere, noizean behin, leku,
esperientzia eta aurpegi batzuek lurperatutako
oroitzapenak eta barne-sentimendu sakonak esnatzen
dituzte, xuxurlatzen digutenak**

**Lehenago ezagutzen genituen gauzak berriro
bizitzen ari garela sentitzen dugu, eta iraganean
gertuko ginen maite ditugunekin elkartu eta
komunikatzen gara.**

**Jauna, bedeinka gaitzazu jainkozko maitasunaren
graziarekin**

Utzi gure bihotzak zure irrikaz urtzen

Eta irrika suak pizten dira haren barruan

Agian gure arimak kaiola fisikoetan preso daude

Bere mugak askatzen ditu

Eta abiatzen da, jainkozko irrika batek bultzatuta

Zure betikotasunaren ertzera

Oi gure betiko maitea

Eskatzen dizugu, Jauna

Zure maitasunak gure arimetan distira dezala

**Eta zure aintzaren handitasunak distira egin
dezala gure gainean**

**Eta zure jakinduriak gidatu gaitzala gure bizitzako
etapa guztietan**

**Eta gure bihotzetako maitasuna eta gure irrikak
onar ditzala**

**Eta bedeinka gaitzazu zure presentziaren
ukituarekin**

Eta zure ondoan egoteaz gozatzeko

**Gizateria bere osotasunean ulertzen hasten
garenean, konturatzen gara ez dela izaki fisiko bat
soilik. Bere baitan indar ugari daude, eta horien**

potentziala maila desberdinetan erabiltzen du mundu honetako baldintzetara egokitzeke. Eta indar horien potentziala pertsona arruntak imajinatzen duena baino askoz handiagoa da.

Jainkozko maitasunaren erakarpena limurtze hutsaren eta konbentzimendu leunaren bidez funtzionatzen du. Bihotzak jainkozko maitasunaren deia sentitzen duenean, bere maitasun gatibuaren zirkulua zabaltzeko nahiak hartzen du, existentzia eta bertan dagoen guztia barne hartzeko. Horrela, maitasun gatibua askatzen da eta berekoikeriaren eta zurruntasunaren hesietatik kanpo mugarik gabe geratzen da.

Eta horrela maitasuna berriro aurkitzen da Jainkoaren bihotzean, eta dena batasun bedeinkatu horretan fusionatzen da

Bizi dugun esperientzia ororen bidez hazten gara, baldin eta horietatik ikasgai baliotsuak ikas ditzakegula konturatzen bagara. Bizi dugun min eta sufrimendu bakoitzak esanahia eta helburua du.

Esperimentuen gogortasuna gorabehera, burdina urtzen duen sua bezalakoak dira, altzairu eder, iraunkor eta polifazetiko bihurtzeko.

Apaltasuna errukiaren, maitasunaren eta lasaitasunaren ugaritasuna ontasuna maite duten eta zeruko argi eta bedeinkapenei harrera egiten dieten arima onengan sartzen den ate irekia da.

Pertsona bat negozio-gizon arrakastatsua, politikari azkarra, diktadore tiranoa edo erreformatzaile bikaina izan, haren boterea ez da ezer Jainkoaren botere infinituarekin alderatuta.

Harrokeriak itsutasun espirituala eragiten du, arima handietan bizi den zabaltasun zabalaren ikuspegia arimatik uxatzen duelako.

Jende handiek konturatzen dira beren indarra Jainko Ahalguztidunarengandik mailegatuta dagoela, zeinak apalenak maite dituen eta haien ezagutzan, gidaritzan eta indarra handitzen dituen.

Benetako adiskidetasuna elkarri laguntzeko inspiratzen gaituen argia da, zeruko atea ikusi eta bertatik jainkozko maitasunaren eremura igaro gaitezen.

Umore txarra minbizia bezalakoa da, barne bakea hozten duena. Horrek azaltzen du zergatik izaera gogorra duen norbait ez den gai bere zailtasunak eta arazoak gainditzeko.

Pertsona batek ohitura kaltegarriekin mugatzen duenean bere burua, ez da gai bizitzarekin borrokan jarraitzeko, eta umore negatibo batek bere burua kontrolatzen uzten dion bezain laster, bere borondatea paralizatzen da.

Ezaugarri horiek nahasmen eta nahasmen laino batean inguratzen dute garuna, eta epaiketa ona suntsitzen dute.

Pertsona batek bere gogoaren eta borondatearen bidez garaile izan daiteke, bizitzako egoerak zenbaterainoko mingotsak eta gogorrak izan arren.

Giza arima gorputzari lotuta dago desio, tentazio, arazo, kezka eta beldurren kate batez, eta bere burua askatzen saiatzen da

Kontzientzia fisikoari lotzen zaituen kate hori hain gogor tiratzen jarraitzen baduzu, egunen batean

jainkozko eskuak esku hartuko du eta katea moztuko du, eta libre izango zara.

Zer balio du bizitzak lagun on eta leialik gabe? Bihotzak benetako lagunak erakartzen dituen iman bat dauka. Maitasunaren, altruismoaren eta adiskidetasunaren iman bat da.

Norbaiti eskua ematen diogunean, gure maitasunaren eta zintzotasunaren magnetismoa transmititu behar diogu eta ahal dugun neurrian laguntzen saiatu.

Ez dago jendea geldirik eta aldaezin geratu beharrik. Ilusioaren beloak kendu behar zaizkio arimaren esentziari, bere garbitasun eta indarrarekin distira egin dezan, Jainkoak gizateriari eman dion distira noblea agerian utziz.

Jainkoak ahalegin onak, anbizio zilegiak eta arrakasta lortzeko determinazioa bedeinkatzen ditu.

**Ai, Jauna
Edozein dela ere nire arazo eta atsekabeak
Badakit nire garapen espiritualaren hurrengo
etapa dela**

**Badakit ezagutza eta boterea ditudala
Ematen dizkidazun bi gauza horiek
Ulermen ziurra eta garaipen ziurra**

Zerua poz goreneko egoera bat da, non ez dagoen arazorik edo atsekaberik

Ahalegin eta ekintza onekin jarraituz, arimak azkenean iraunkor eta berritutako poztasun egoera batera iristen dira

Ekintza onek hausnarketa eta jarduera eraikitzaile eta onuragarriak esan nahi dute

**Ezjakintasuna jakinduria bihurtzeko gai zarenean
Ahultasunetik eta ahultasunetik osasunera eta
bizitasunera**

**Bizitzaren bideetan konfiantzaz eta ausardiaz ibili
-bakarrik egon arren-**

**Eta kontzientzia bizi eta erne bat edukitzearen
barne-poza**

**Eta Jainkoaren justizian eta gezurraren gaineko
egiaren eta ilusioaren gaineko errealitatearen
garaipenean fede irmoa**

**Eta egunero zure pentsamenduak maila altuago
eta finduagoetara askatzen saiatzen zarenean**

Bihotz maitekor eta esker onekoa du

Eta besteekiko asmo onak

Zure elikadura intelektuala magnetikoa da

**Eta orduan, eder eta onuragarri den guztia
erakarriko dizu**

**Beharrezkoak diren gauzetatik, pertsonetatik eta
inguruabarretatik**

**Segurtasun eta babesaren kostalderantz bidaia
jarraitzen du**

**Isiltasun eta lasaitasun positiboari eustea, gauez
oheratu eta goizean jaiki baino ordu erdi lehenago
bada ere, erosotasun psikologikoaren sentsazioa
areagotuko du, eta horrek bizitzako eguneroko
borrokaren egoera zailei aurre egiten laguntzen du.
Barne sentimendu horrekin, eguneroko eskakizunak
eta beharrak lortzea posible da.**

**Kontzientzia maila altuago batera iristeak
aurrerapen espirituala bizkortzen du eta espirituaren
itsasoan trebetasun handiagoz murgiltzen laguntzen
du.**

Pertsona batek zoriontasuna lortzen du bere bizitzako lurzoruan erein dituen eta ereiten jarraitzen dituen pentsamendu eta ekintzen hazien kalitatearen arabera.

Giza adimena energia edo jarduera bizidunen biltegi erraldoi bat da

Jarduera hau etengabe erabiltzen da giharretako mugimenduetan, bihotzaren, biriken eta diafragmaren funtzionamenduan, zelulen metabolismoan, odoleko erreakzio kimikoetan eta zentzumen-organo motorren (nerbioen) funtzionamenduan.

Gainera, energia bizi-kantitate handia gastatzen da pentsamenduan, emozioetan eta borondatean

Beldurrak jarduera bizia ahultzen du eta borondate aktiboaren etsairik gogorrenetako bat da.

Hipokresiak ez du emaitza onik ekartzen. Adimentsuenen artean, ezin du ezkutatu begietan agertzen dena, pertsona baten historia osoa bere begietan idatzita baitago.

Norbaiten izaera jakin nahi baduzu, eskatu Jainkoari pertsona horren egia agertzeko, ez baituzu engainatu nahi, eta zure bihotzaren sakonean sentituko duzu haren benetako izaera, eta zure intuizioa ez da oker egongo.

Nahia, asmoa eta borondatea:

"Nahia" energiari gabeko desioa da eta "asmoa" zerbait egiteko erabakia: nahi edo desira jakin bat betetzea. "Borondateari" dagokionez, honela adieraz daiteke: "Nekaezin lan egingo dut nahi dudana lortu arte".

Zure borondatea entrenatzen duzunean, bizi-jardueraren indarrak askatu eta zuzendu ditzakezu, zerbait nahi izan beharrean, hura lortzeko beharrezkoa dena egin gabe.

Ez dugu itxaropena galdu behar, baizik eta konturatu behar dugu Jainkoak aukera bat bestearen atzetik ematen digula gure egoerak hobetzeko, gure ideiak goratzeko eta gauza berri eta erabilgarriak sortzeko geuretzat eta besteentzat bizitzan.

Gure egungo bizimoduarekin pozik ez bagaude, gogobetetasuna eta lasaitasuna ekartzen dizkiguten modu eta metodo berriak aztertzea beharko genituzke. Gure egoerak hobetuko dituzten eta gure bizitzak esanguratsuagoak eta helburu handiagoa izango dituzten ekintzak aztertzea beharko genituzke, eta gero ideia horiek praktikan jarri.

Jauna, ez dezagun betebeharririk garrantzitsuagoa izan Zu ezagutzeko betebeharrak sakratua baino. Izan ere, ekintza oro, edozein dela ere bere izaera, zuk eman dizkiguzun lorpenen boterearen bidez bakarrik lor daiteke. Maitatu dezagun, beraz, beste edozeren gainetik, zure bizitzaren eta zure maitasunaren graziaz gabe ezin baitugu bizi edo maitatu. Jainkoagandik sortuak gara, eta haren funtsa bera bizi da gure baitan, bere garbitasun, aintza eta zoriontasun paregabe.

Zoriontasunaren kontzientzia:

Ez dago desadostasunik zoriontasun kontzientziaren existentzia absolutuari buruz, kontzientzia hori duguenez gure indibidualtasuna edo gure nortasun txikia eraldatu eta aldatu dela sentitzen baitugu, eta maitasunaren eta gorrotoaren,

plazerraren eta minaren dualtasunaren gainetik igo garela, eta ohiko kontzientzia mugatuaren egoerak argi eta agerikoak agertzen diren mailara iritsi garela.

Barne hedapen eta zabalkunde bat ere sentitzen dugu, eta denarekiko enpatia orokorra.

Egoera honetan, munduko zarata desagertzen da, zirrara desagertzen da, eta gure baitan existentziaren batasunaren sentsazioa sortzen da eta argi kosmikoaren ikuspegi garbia agertzen da.

Ezpurutasun eta desbideratze guztiak ezerezean desegiten dira, eta beste mundu batera joan garela sentitzen dugu: betiko zoriontasunaren eta amaigabeko zoriontasun iraunkorren iturrira.

Beldurrak nerbioetara erregularoki doan bizitzaren jarduera estutzen eta oztopatzen du, nerbioek paralizatuta diruditelako, eta gorputza moteldu egiten da eta bere bizitasuna nabarmen eta nabarmen gutxitzen da (beldurra nerbio-blokeatzailea da!).

Beldurrak ez du laguntzen beldurraren kausa ezabatzen. Borondatea ahultzen du eta garuna gorputzeko organoetara seinale ahulgarri bat bidaltzera bultzatzen du. Gainera, beldurrak bihotza pozoitzen du, digestioa kaltetzen du eta hainbat gaitz fisiko eragiten ditu.

Kontzientzia Jainkoarengan zentratuta dagoenean, ez duzu ezeren beldurrik izango eta oztopo eta eragozpen guztiak gainditu ahal izango dituzu ausardiaz eta fedez.

Arrakasta lortzeko boterea gogoan datza. Egia hau konturatuko zara zure usteei tinko eusten badiezu, munduaren zalantzak eta zu behera botatzen

saiatzen direnen etsipena gorabehera. Ez dago mugarik gogoaren boterearentzat. Zentratu ideia honetan eta bete zure gogoa lortzeko bulkadaz eta zure helburuak lortzeko modu positiboan lan egiteko determinazioz.

Jarrai ezazu zure gogoa lorpen handiagoetarantz bultzatzen. Lortu aberastasun espirituala, eta beste aberastasun eta oparotasun mota guztiak zure esku egongo dira.

Kontzientzia mugagabea eta mugagabea da; izar urrunenetaraino hedatzen da eta unibertsoko atomo guztiak zeharkatzen ditu, elektroien txikienetaraino. Gizakiak kontzientzia kosmikoaren ozeano honekin bat sentitu behar du, familia eta nazio mugak gaindituz, giza familia handiagoaren kide gisa aitortzeko.

Inork ezin dio pertsona bati eragin bere borondatearen erabilera edo erabilera okerraren bidez izan ezik. Jainkoak eman dion borondate askea erabili behar du hura bilatzeko, eta orduan aurkituko du ziur aski.

Dizipuluak gogoratu behar du oso garrantzitsua dela eragin positiboa duten eta inspiratzen, bere borondatea indartzen eta bereizteko gaitasuna hobetzen laguntzen dioten pertsona onekin elkartzea.

Paramahansa irakasleak dizipulu talde bati esan zion:

Baldintzarik gabe eta erreserbarik gabe eman dizut nire maitasuna, eta ziur nago zure maitasuna jaso dudala trukean.

Nire bizitzan ezagutu ditudan pertsona batzuek nahi izango nituzkeela uste nuen guztia zuten, baina ez zuten zorionik aurkitu desio horiek betetzean.

Jainkoa bilatu nuen lehenik eta aurkitu nuen haren etengabe berritzen den pozak desio guztiak betetzen dituela eta arima gozamenez eta asebatez betetzen duela, eta existitzen den edozein zirrara edo tentazio baino erakargarriagoa dela.

Pertsona batek ez luke beste pertsona baten bihotza ukitu edo haren sentimenduak nahastu behar, bihotza sentimenduen erdigunea baita, eta konplikazio emozionalek bihotza antsietatez eta asalduraz sentiarazten dutelako.

Pertsona batek bere barnean begiratu behar du bere nortasunaren ezaugarri bereizgarriak identifikatzeko

Batzuei idaztea gustatzen zaie, beste batzuei musika konposatzea edo dantzatzea eta abestea gustatzen zaie, eta batzuek finantzen eta ekonomiaren arloan lan egiten dute, eta abar.

Zoritxarrez, badira zurrumurruak zabaltzea eta xuxurlatzea, edo liskarrak eta borrokak gustuko dituztenak.

Pertsona batek ez luke bere ezaugarri onak aldatzen saiatu behar, baina bere borondatearen aurka egiten dituen eta atsekabea eta damua eragiten dioten gauzak kendu behar ditu.

Lotura psikologiko anormala:

Gaixotasun honen biktimek zoriontasunaren bilaketan aldebakarreko bihurtzen dira. Zoriontasuna aberastasuna metatzean, ospea lortzean edo osasuna edo boterea edukitzean datzala sinetsita, dena

sakrifikatzen dute: osasuna, ospe ona, lasaitasuna, ohorea eta duintasuna, beren anbizio sutsuaren aldarean. Beranduegi konturatzen dira bizitza orekatu batek, naturaren legeak eta Jainkoaren aginduak errespetatzen dituenak, eta jarduera lasaitasunarekin harmonizatzen duenak, bakarrik ekar dezakeela benetako zoriontasuna eta bizitza noble baten helburua bete dezakeela.

Osasungaitzak diren atxikimendu-nahasmenduak jasaten dituztenak irrika neurrigabearen pentsamenduek irensten dituzte, bizitzaren ikuspegi distortsionatu eta okertua izatera eramanez. Adibidez, negozio-gizon batek arrakasta handia lortu eta fortuna bat pilatu zuen, baina bere aberastasunaz gozatu aurretik, nerbio-krisi bat izan zuen kezka eta beldur izugarriengatik, eta bihotz-hautsirik hil zen [Jainkoak kontsola zaitzala]

Beste batzuek uste dute dena dela zilegi helburua lortzeko. Nahasmen horren ondorioz, benetako helburua galtzen dute eta ez dute gogobetetasun txikiena ere lortzeko aukerarik, nahiz eta irrikatu dituzten gauzak izan, giza izaera zabala eta alderdi anitzekoa baita eta garapen orekatua behar baitu maila guztietan.

buruko hotza

Gaixotasun honek beste izen bat du: etsipena. Pertsonak ez daki noiz joko duen eta bere sintoma gogaikarriak jasango dituen, hala nola etsipena, intolerantzia, antsietatea eta pazientziarik eza. Are okerrago, askotan luzea izaten da, eta biktimek erraz errepikatzen dute maiz, sendatu direla uste badute ere.

Katarro psikologikoa

Gaixotasun hau munduko kezka kronikoetan murgiltzeagatik sortzen da. Gaixotasun hori jasaten

dutenek normalean beren borondatea erabiltzeari uzten diote eta, beraz, pasiboki amore ematen diete etengabeko beldurrei, ausardiaz aurre egin eta errotik ezabatu beharrean.

Senar-emazteek elkarri opa diezaioketen gauzarik onena ulermen espirituala da, irekitasun emozionala sustatzen duena eta ulermena, sentimenduen kontsiderazioa eta maitasuna bezalako ezaugarri nobleak azaleratzen dituen.

Hala ere, kontuan hartu behar da hazkunde espirituala ezin zaiela besteei inposatu.

Pertsona batek besteekiko maitasuna sentitzen duenean, haren adeitasunak inguruko maiteak inspiratuko ditu eta positiboki eragingo die.

Jainkoak bisitatzen ditu irrika-malkoek garbitu eta maitasunaren kandlek argiztatu dituzten bihotzak

Paramhansa irakasleak ikasle talde bati esan zion:

Ez espero egunero lore espiritual bat zure bizitzako lorategitik

Fidatu zaitez Jainkoak, zeinaren esku utzi dituzun zure gaiak, sarituko zaituela eta zure itxaropenak beteko dituela bere garaian. Orain, jainkozko maitasunaren hazia zure arimen lurzoruan erein duzunez, zaindu ezazu erregu eta egintza onekin, eta errotik kendu inguruko belar kaltegarri eta parasitoak: zalantzaren, asperduraren eta letargiaren belarrak.

Pertzepzio sakratuak ernetzen direnean, zaindu itzazu eta ureztatu irrika eta fedearen urarekin, eta goiz batean poztuko zara autoezagutzaren lore bedeinkatua ikustean.

Ez dugu inoiz ahaztu behar maite dugun pertsona eta lagun guztien atzean ezkututzen den maite handiena, eta ez dugu utzi behar munduko gauza iheskorren maitasunak gure bihotzak hartzen, zeinak parekorik ez duen eta existitzen den maitasunik gainditzeko ez duen betiko eta iraunkorra den jainkozko maitasunarekin taupadaka aritu behar baitute. Izan ere, jainkozko maitasunak bihotza bereganatzen duenean, lasaitasuna ezartzen da bertan eta arimaren pozak betetzen du.

Eskriturek gizateriari Jainkoa kontenplatzeko, bere gogoa Harengan murgiltzeko, gauza guztiak Hari uzteko eta zintzotasunez gurtzeko aholkatzen diote, itxurakeriarik edo hipokrisiarik gabe. Jainkoa bizitzaren azken helburua izan behar dela jakitea. Munduko betebeharrak ezin dira bete Jainkoak gizateriari eman dizkion botereen laguntzarik gabe.

Pertsona baten bizitzan ez da ezer Jainkoa baino garrantzitsuagoa izan behar. Pertsona batek Jainkoa zinez zaintzen badu eta Harekiko duen betebeharrak espirituala betetzen badu, bere egoerak hobetuko dira modu guztietan, eta seguru eta babestuta sentituko da inguruko egoera guztiak gorabehera.

Pertsona batek ezin ditu besteen eskubideak urratu, ezta haien lurra, bakea, maitasuna, duintasuna edo ondasun material eta moralak kendu ere.

Zurea ez dena hartzeko gogorik sentitzen ez baduzu, behar edo nahi duzuna etorriko zaizu. Lapurtzea lehenik buruan errotzen da pertsona batek besteen inbidia izaten hasten denean. Desira gaiztoaren haziak burutik errotik atera behar dira.

Altruismo espirituala da bidea, orduan norberak naturalki erakarriko baitu ugaritasuna, eta bedeinkazioak etorriko zaizkie ezagutzen dituzten eta ezagutzen ez dituzten iturrietatik. Jainkozko lege hutsezina da. Lapurrek eta pertsona berekoiek, berriz, ondasun materialen atzetik igarotzen dute bizitza, begiak beti besteek dituztenetan jarrita, nahiz eta beren kuxak urrez gainezka egon.

Egoismo materiala alde batera uzten ez bada, munduak ezin du zoriontasuna ezagutu

Ezkontza urte batzuk igaro ondoren, milaka senar-emaztek galdetzen diote beren buruari:

"Nora joan da gure maitasuna?"

Jende hauentzako erantzuna hauxe da: gehiegizko gozamenaren suak kontsumitu zuen eta berekoikeriak eta errespetu faltak gairitu zuen.

Ezaugarri ilun hauek bihotzean sartzen direnean, maitasuna erraustu bihurtzen da

Gizon batek eta emakume batek elkarri gaizki tratatzen diotenean, elkarrekin duten zoriontasuna betiko suntsitzen dute

Gizon batek emakumeari bere ezaugarri onak erakusten lagundu beharko lioke eta sentiarazi beharko lioke ez dagoela berarekin bere desioak betetzeko bakarrik, baizik eta bideko lagun gisa, errespetua eta estimua dituen, eta bizitzako alderdi gorenaren adierazpentzat hartzen duena.

Emakumeek gizonei modu berean begiratu behar diete

Zuhaitz baten sustraian ongarri mota okerra aplikatzen baduzu, fruitua eskasa eta okerra izango da. Era berean, pertsona batek adiskidetasunaren zuhaitza sentimendu berekoiekin elikatzen duenean,

haren motibo duinek adiskidetasun horren fruituak desitxuratu eta hondatzen dituzte.

Norbaitengan interesa izatea aberatsa edo eragin handikoa delako eta guretzat zerbait egin dezakeelako besterik gabe ezin da adiskidetasun deitu. Era berean, norbaiten aurpegi ederragatik erakartzea ere ez da adiskidetasuna. Aurpegi horrek bere xarma gazte eta liluragarria galtzen duenean, "adiskidetasuna" desagertu eta iraganeko kontua bihurtuko da.

Jende nobleak besteei laguntzeko egiten dituen ekintza onak ez lirateke ospea eta aipamena lortzeko edo egoa asetzeko egin behar, baizik eta ekintza guztiak Jainkoarenganako maitasunagatik eta haren plazera bilatzeko egin behar dira.

Besteei buruz iseka egitea, kalumniatzea eta txutxu-mutxuak botatzea gustatzen zaienek ez dute inoiz ezagutuko besteak hitz baikorrekin eta aholku jakintsuekin laguntzearen poza. Gaizkile gogorrak gaizkilea uxatzen du eta haien haserrea pizten du.

Jende gehienak bihotzean jabetzen da bere ahuleziez eta jaiotzetiko zauri mingarriez, eta hauek ezin dira sendatu jazarpen kaustiko eta errieta mingarriarekin, baizik eta maitasunaren balsamo lasaigarri eta erosoarekin.

Jauna, utzi nazazu Zuk nahi duzuna egiten, eta ez utzi nire anbizioek edo nahiek kontrolatzen nautela. Lagundu iezadazu mundu hau modu guztietan leku hobe egingo duten lanak burutzen, nire pentsamenduek eta ekintzek Zure aintza aldarrikatu eta besteei Zu gogorarazi diezaieten.

Loa bedeinkapena da, zure arazoak edozein direla ere, loak hartzen duzunean askatzen zara. Baina esna zauden bitartean arazoetatik kontzienteki askatzen ikasi behar duzu. Azukrea inoiz dastatu ez baduzu, ez duzu bere gozotasuna ezagutuko. Era berean, gogoaren potentziala guztiz erabiltzen ez baduzu, ezingo duzu bere botere miragarria estimatu.

Epaile jaunak beste pertsona batentzat bizitza edo heriotza esan nahi zuen gai delikatu bati buruzko azken erabakia ematen ari zen bitartean, une berean egun hartan gertatu zitzaizkion etxeko arazoez pentsatzen ari zen, eta asaldatuta zegoen etxeko bere araua ez zelako betetzen!

Epaile horrek kontzentrazio faltagatik pertsona errugabe baten heriotza eragingo lukeen ebazpen bidegabeba ematen badu, orduan, aldi berean, Epaile Gorenaren aurrean akusatu eta kondenatua izango da, bekatu guztien Epailea: favoritismorik ezagutzen ez duen eta nepotismorako lekurik ez dagoen lege unibertsala.

Oraindik gogoratzen dut ustekabeko esperientzia bat izan nuenean; hausnarketaren hodeien atzetik, zoriontasun espiritualaren egunsentia bat-batean agertu eta nire izatea gainezka egin zidan.

Esperientzia bedeinkatu horrek itxaropen guztiak gainditu zituen, deskribaezina den poza sentitu bainuen, eta zoriontasunaren argiak kontzientziaren txoko ilun guztiak argitu zituen, nahasmenaren eta galderen itzalak uxatuz.

Argi horrek —X izpi baten antzera— objektu zakarrak zeharkatu eta ikusmenaren ohiko horizontetik haratago zeuden gauzak erakutsi zizkidan, ekialdean eta mendebaldean, iparraldean

eta hegoaldean, nire aurrean eta atzean, nire gainean eta nire azpian, nire barruan eta nire inguruan, eta nonahi.

Zalantza suntsitzailea paralisiaren antzekoa da bere efektuan: pentsamendu eraikitzailea oztopatzen du eta borondate-indarra oztopatzen du.

Goi mailako botereen lan onberen eta unibertsoaren legeen oztopo gisa jokatzeko du, Jainkoaren bedeinkapenak arimara iristea eragotziz. Antsietate eta babesgabekotasun sententzia ere ekartzen du.

Arrakastaren aurka egiten du eta ideiak baztertzen ditu ezjakintasunaren, aurreiritzien, alborapen bidegabeken edo emozio eta pasio kontrolaezinen kapritxoengatik.

Berpizkunde espiritualak esan nahi du norbera ezjakintasunaren kaiolatik askatzea eta kontzientzia mugatuaren mugak saihestea.

Giza bizitza batzuetan oso ederra izan daiteke, baina hari atxikitzea paradisuko hegazti bat kaiola estu batean sartzea bezalakoa da. Kaiolaren atea irekitzen baduzu, hegaztiak zalantzan egon daiteke hegan egiteko, ohitu egin baita.

Txori eder hau beldurtuta dago eta ez du kaiola utzi eta jaio zen askatasun mugagabera itzuli nahi, nahiago baitu bere izaerarekin bat ez datorren eremu txiki eta mugatu batean geratzea.

Horrela, giza arima gorputzera ohitzen da eta haren preso bihurtzen da, unibertso infinituaren parte dela eta bere lurreko existentzia aldi baterakoa dela eta bere zeruko etxera itzuli behar duela jakin gabe.

Eta gorputzaren muga eta mugapenetatik jaiotzetiko jakinduria askatzea da nik birsortze espirituala deitzen dudana.

Ez dago adimenaren boterearen mugarik. Ideia honetan zentratu eta zure burua lortzeko bulkadaz eta zure helburuak lortzeko positiboki lan egiteko determinazioz bete. Jarraitu zure pentsamenduak lorpen handiagoetarantz bultzatzen. Aberastasun espirituala lortzen baduzu, beste aberastasun eta oparotasun mota guztiak zure eskura egongo dira.

Pertsona batek bere ahaleginen bidez desio bat bete ezin duenean, Jainkoarengana jotzen du otoitzean. Horrela, egiten den erregu bakoitzak barneko irrika ezkutu bat agerian uzten du. Baina Jainkoa aurkitzean, desio guztiak desagertzen dira eta nahi guztiak betetzen dira.

Pertsona batek ahal duen guztia egin behar du eta objektiboa, alboragabea eta atxikimendu murriztaileetatik libre izan behar du.

Bizitzak aurrean jartzen dizkion ikasketei (gertaera eta egoerei) arreta berezia jarri beharko lieke, ikasi behar dituen lezioak baitaude bertan.

Helburu global nobleak sartu behar dira mundu honetan, eta idealak hartu behar dira gizateria maila altuetara igotzeko, bere pentsamenduak fintzeko, bere nahiak mugatzeko eta bere talentu nobleak zorrozteko.

Hauek adibide espiritualaren eta curriculum onaren bidez aktibatu daitezke, ez indar gordinaren eta gerra suntsitzaileen bidez. Botere politikoa

arriskutsua da kontrolatu eta gidatuko duten printzipio espiritualik gabe.

Printzipio espiritualak aipatzen ditudanean, ez ditut doktrina, sekta edo sinesmen-afiliazio espezifikoak aipatzen, baizik eta lege unibertsalak: zuzentasunaren eta bertutearen legeak, guztiei aplikatzen zaizkienak eta ontasuna, ongizatea eta bakea ekartzen dizkietenak.

Pertsona oro bere desioen zuhaitzaren azpian bizi da, eta horrek bere desio guztiak betetzen ditu. Zuhaitz hori borondate-indarra da. Gizakiaren borondate-indarrak, jainkozko borondatearen isla denak, bere funtsean pertsona baten itxaropenak eta nahiak gauzatzeko ahalmena dauka.

Baina bere nahiak, desirak eta pentsamenduak kontrolatzen ez dakienak mila aldiz eskertu beharko lioke bere Jaunari, bere pentsamendu diziplinatu gabeak ez baitira berehala betetzen, bestela, nahi basatiek tigre harrapari eta gosetien gorpuzte automatikoa eragingo lukete, arimaren lasaitasuna urratzen dutenak, zoriontasunaren hezurra xehatzen dutenak eta bake espiritualaren oasia lur antzu bihurtzen dutenak.

Kontuz ibili behar da beldurrari, porrotari, gaixotasunari eta ezjakintasunari buruz etengabe pentsatzen eta hauen gainean hausnartzearekin, pentsamendu negatibo horiek ezezagunaren iluntasunetik munstroak bezala ager ez daitezen eta zailak diren arazo larriak sor ez ditzaten aurre egin edo kontrolatzea. Pentsamendu negatiboek kaltea baino ez diote ekartzen norbanakoari; beraz, pentsamendu positiboekin ordezkatu behar dira, norberarentzat eta besteentzat ona nahi badugu.

Pentsatzeko, hitz egiteko, sentitzeko edo jarduteko behar ditugun gaitasunak Jainkoarengandik datozela eta beti gurekin dagoela, inspiratzen eta gidatzen gaituela konturatzen garenean, berehala askatzen gara nahasmenetik.

Errealizazio honekin batera poztasun hutsaren distirak datoz, eta batzuetan pertsona baten izatea argitasun sakon batean murgiltzen da, beldurraren pentsamenduak berehala uxatzen dituen.

Hitz oro, ona edo txarra izan, bere bibrazioak uzten ditu —bere arrastoak— gorputzean, garunean eta pentsamenduaren bizi-energian, joera eta desioen moduan. Horrela, hizkera ororen bibrazioek joera positiboak edo negatiboak uzten dituzte gogoan. Egia desitxuratzeko bulkadatik askatu denak indar izugarria ezartzen du bere baitan, ez baitu lekukotasun faltsurik emango eta bere hitz guztiak egiazkoak izango dira.

Jauna, eman ieza dazu indarra nire ahotsa egiaren zerbitzura erabiltzeko, hitz gozo, erabilgarri eta freskagarriak esanez.

Jo ezazu zure doinu hilezkorak nire bizitzako txirulan, zure doinu sakratuen bibrazioek bedeinkatua izan nadin.

**Oi maite kosmikoa
Zure aurpegia distiratsu ikusten dut bitxi
distiratsuetan**

**Eta zure gorritasuna ikusi nuen arrosa petaloetan
Eta zure ahotsa entzuten dut txorien txioetan, eta
liluratuta nago**

**Eta amesten dut bihotz guztietan topatuko
zaitudala**

Pozez gainezka nago Deskribapena gainditzen du

Beldurretatik askatasuna.

Paramhansa Yogananda maisua

Unibertsoko guztia energiaz edo bibrazioaz osatuta dago Hitzaren bibrazioa pentsamenduaren bibrazioa baino agerpen edo adierazpen biziagoa da Gizaki guztien pentsamenduak eterrean zehar uhinak dabiltza Pentsamenduek bibrazio-maila altua dutenez, oraindik ez dira agerian utzi Zorionez, ez ditugu pertsona guztien pentsamenduak ezagutzen!

Irrati-botoiak sakatuz edo biratuz (eta gaur egun beste modu batzuetan ere bai), doinu eta soinu desberdinak entzun ditzakezu. Irrati-uhinak zure hartzailera bidaiatzen duten eter geruzen barruan dagoen kontzientziarik ez balitz, emisio-soinu guztiak aldi berean entzungo zenituzke.

Jainkoak eterra sortu zuen eta giza adimena inspiratu zuen bibrazioak medio honen bidez transmititzeko eta jasotzeko bideak asmatzeko. Irrati-uhinek eterra erabiltzen dute hedatzeko eta elektrizitatea transmititzeko eta jasotzeko. Bibrazio-irradi-uhin hauek espazioan zehar erresonantzia-hartzaile batera transmititzen diren ideiak dira.

Maite duzun norbaitengandik gertu zaudenean, haren pentsamenduak sumatzen dituzu, baina baliteke urrun dagoen norbaiten pentsamenduak ezin izatea hauteman, zentzumen-pertzepzio oso garatua izan ezean. Kontzentrazio eta meditazio teknikak aldizka praktikatzen dituztenek lasaitasun sakona bizi dute eta beren pentsamenduak finduagoak bihurtzen dira praktika honen ondorioz, besteen

**pentsamenduak eta asmoak urrutitik ere
hautemateko aukera emanez!**

**Guztiok gara gizaki igorleak eta hartzailleak:
besteen pentsamenduak bihotzaren bidez jasotzen
dituzu, sentimenduen erdigunea denaren bidez, eta
zure pentsamenduak begi espiritualaren bidez
transmititzen dituzu, fokuaren eta borondatearen
erdigunea denaren bidez. Zure antena garunean
dago, goi-mailako kontzientzia intuitiboaren
erdigunean. Imajinatu etxetik urrun zaudela eta han
zer gertatzen den jakin nahi duzula. Zure
zentzumenak oso lasai badaude eta zure adimena
isilik badago, etxean duzun familiaren sentimenduak
eta pentsamenduak sumatu ahal izango dituzu.
Kontzentrazio gaitasun handia duzunean, zure
pentsamenduak edonora sar daitezke, eta zure
zentzumenak energia biziz kargatzen dira.**

**Distantzia erlatiboa da, energiak espazioa
konprimitzen duelako. Distantzia gutxitzen da
komunikazio-teknologiaren garapenarekin. Imajinatu lo
zaudela eta beste herrialde batera hegan egitea
amesten duzula, gero trenetaz hiri batera joatea eta
gero uharte batera nabigatzea, bidean hainbat
portutan geldituz. Hori guztia ametsen minutu
gutxiaren buruan gertatzen da, pentsamenduaren
eremuan ez baitago distantziarik.**

**Mundu eta espazio osoa ideia gisa existitzen da,
eta horretan datza gogoaren boterea. Begiak itxi eta
milaka kilometrora dauden gauzetan pentsa dezaket.
Espazioa eta denbora eraikuntza mentalak besterik ez
dira. Zein da amets bateko kafe beroaren eta izozki
hotzaren arteko aldea? Esnatzen zarenean,
konturatzen zara ametsen munduko izozkia ideia bat
besterik ez zela, eta kafe beroa ere ideia bat zela;
biak ideia desberdinak ziren, besterik gabe. Gogoak**

ahalguztiduntasuna eta guztia jakiteko ahalmena ditu. Aipatzen ari naizen gogoia Jainkoaren gogoia da. Eta pentsamenduaren bidez nonahi dagoen bezala, gu ere bai.

Irratia entzuten saiatzean, batzuetan emisioarekin batera zarata estatikoa entzuten duzu. Era berean, zure bizitzan zerbait esanguratsua lortzen saiatzen zarenean, zure aurrerapena oztopatu eta eragozten saiatzen den beste interferentzia mota bat jasaten duzu. Interferentzia hori ohitura txarrak dira.

Beldurra zure psikean eragina duen beste asaldura mota bat da Ohitura onak edo txarrak bezala, beldurra eraikitzailea eta suntsitzailea izan daiteke Adibidez, emazte batek esaten duenean: "Nire senarra haserretuko da gaur gauean ateratzen banaiz, beraz, ez naiz aterako", beldur eraikitzaile eta atsegin batek motibatzen du. Badago aldea beldur atseginaren eta beldur koldarraren artean. Hemen pertsona bat kontuz ibiltzen den beldur atseginaz ari naiz, besteak alferrik kaltetu ez ditzan. Beldur koldarrak borondatea paralizatzen du. Familiako kideek beldur atsegina bakarrik sentitu behar dute eta ez dute beldurrik izan behar elkarri egia esateko. Betebeharraren zentzuz jokatzeari, edo besteekiko zerbitzu eta maitasunean norberaren nahiak sakrifikatzea, askoz hobea da beldurrez jokatzeari baino. Pertsona batek jainkozko legeak haustea saihesten duenean ere, Jainkoaren maitasunagatik izan behar du, ez zigorraren beldurragatik.

Beldurra bihotzean sortzen da. Gaixotasun edo istripu baten ondorioz izututa bazaude, arnasa sakon, poliki eta erritmo erregularrean hartu beharko zenuke hainbat aldiz, arnasa botatzen duzun bakoitzean erlaxatuz. Horrek zure odol-zirkulazioa normaltasunera itzultzen lagunduko dizu. Zure

bihotza benetan lasai badago, ez duzu batere beldurrik sentituko.

Antsietatea bihotzean esnatzen da minaren sentsazioaren ondorioz. Beraz, ikusten dugu beldurra iraganeko esperientzietan errotuta dagoela. Agian pertsona bat erori eta hanka hautsi du iraganean, eta beraz, beldur dira esperientzia bera errepikatzeaz. Esperientzia mingarri horietan etengabe pentsatzeak borondatea eta nerbioak paralizatzen ditu, eta horrek beste erorketa bat eta hanka hautsi bat ekar dezake! Gainera, bihotza beldurrak paralizatzen duenean, gorputzaren bizitasuna maila baxuenera jaisten da, gaixotasunen mikrobioek gorputza inbaditu eta kaltetzea ahalbidetuz.

Ia ez dago gaixotasunaren beldurrik ez duen pertsonarik. Beldurra gizakiei mina saihesteko tresna gisa eman zitzaien, ez handitzeko edo etengabe horretan pentsatzeko. Beldurrari etengabeko kezkak oztopatzen dizkigu zailtasunak saihesteko eta ditugun arazoak konpontzeko ahaleginak. Beldur zuhurra jakindurian oinarritzen da, adibidez, janari jakin bat osasungaitza dela pentsatzea, jateko gogoia izan arren. Gaixotasunaren beldurrak gaixotasuna gorpuzten du. Jendeak bere buruari eragiten dio gaixotasuna, pentsatzeagatik soilik. Katarroa hartzeko beldurra baduzu etengabe, sentikorragoa izango zara, saihesteko edozer egin arren. Ez paralizatu zure borondatea eta nerbioak beldurrarekin. Antsietatea zure borondatearen aurka itsasten zaizunean, beldur zaren esperientzia bera sortzen laguntzen duzu. Ez da zentzuzkoa ere, gehiegi, beren gaixotasun eta ahuleziez etengabe hitz egiten dutenekin elkartzea. Gai hauetan zentratzeak beldurraren haziak zure buruan ereiten lagun dezake. Tuberkulosia, minbizia edo bihotzeko gaixotasunen

beldur direnek beldur hori beren pentsamenduetatik kendu beharko lukete, egoera desegoki horiek beren buruari ekar ez diezazkioten. Gaixoei eta adinekoei dagokienez, ingurune atsegin eta lagungarri bat behar dute, jarrera sendo eta positiboa duten pertsonekin inguratuta, animatzeko eta goratzeko. pentsamendu eta sentimendu positiboekin Pentsamenduak botere handia du Ospitaleko langileak gutxitan gaixotzen dira beren buruarekiko konfiantzari esker; izan ere, haien pentsamendu sendoek gaztetzen dituzte eta bizitasun iturri etengabea ematen diete

Horregatik, hobe da zure adina ez esatea zahartzen zaren heinean. Esaten duzun bezain laster, zure adina zure itxuran islatuta ikusten dute eta osasun eta bizitasun gutxitzearekin lotzen dute. Zahartzearen ideiak antsietatea sortzen du eta pertsonari bizitza eta energia kentzen dio. Beraz, gorde zure adina sekretuan zeuretzat. Gogorarazi behar diogu geure buruari izaki hilezkorrak garela, osasun onez bedeinkatuak garela eta mundua ontasunez beteta dagoela.

Beraz, kontuz ibiltzea beldurraren gaineratik nagusitu behar da. Prebentzio neurriak hartu behar dira, eta ahalegin guztiak egin behar dira gaixotasunen arrazoiak ezabatzeko eta beldurretik askatzeko. Mikrobioak hain ugariak dira nonahi, ezen jendea izutuko balitz, ezingo luke bizitzaz gozatu. Beharrezko osasun neurri guztiak hartuta ere, pertsona batek bere etxea mikroskopio bidez aztertu ahal izango balu, gosea eta jateko gogoa galduko lituzke.

Beldurra duzun edozer gauzagatik, alde batera utzi zure pentsamenduak. Utzi Jainkoari eta sendotu zure konfiantza Harengan. Sufrimendu asko

antsietateak eragiten du normalean. Zergatik sufritu gaixotasunak oraindik jo ere egin ez duenean? Jende gehienaren gaixotasunak beldurretik sortzen direnez, beldurra askatzeak berehala askatuko ditu, eta sendatzea berehalakoa izango da. Gauero, oheratu aurretik, baieztatu zeure buruari: "Jainkoa nirekin dago, eta Jainkoa berarekin duenak ez du ezer beldurtzeko". Inguratu zaitez mentalki Jainkoaren Espirituaz eta haren energia kosmikoez, erasotzen zaituen edozein germen hil egingo dela sinetsiz. "Jainko Ahalguztiduna" edo "Jaun Laguntzaile" errepikatzeak konfiantza osoz babestuko zaitu, indartuko zaitu eta eroso eta osasuntsu sentiaraziko zaitu. Jainkoarekin harmonian bazaude, haren egia zure baitan isuriko da, eta jakingo duzu zure muinean, zailtasunek ukitu gabeko eta hilezkorra den espiritua zarela.

Beldurra sentitzen duzun bakoitzean, jarri esku-ahurra bihotzean, ezkerretik eskuinera igurtziz, esanez: "Jauna, kendu beldur hau niregandik eta askatu nire adimena eta pentsamenduak distrakzio orotatik". Irrati-interferentziak kentzeko moduak dauden bezala, bihotza etengabe ezkerretik eskuinera igurtziz gero, eta beldurra bihotzetik uxatzeko ideian etengabe zentratzen bazara, beldurra desagertuko da Jainkoaren laguntzarekin, eta jainkozko poza sentituko duzu zure izate osoa betetzen.

Beldurra beti dago gizakiarekin, eta hori kentzea posible da Jainkoaz pentsatuz eta haren presentzia sentituz.

Fidatu Jainkoarengan eta izan benetakoa egiten duzun guztian Imitatzaile asko daude; ez gehitu zure izena haien zerrenda luzera Menderatu egiten duzuna eta egin inork lehenago egin ez duen modu berezi batean Eremua zabalik dago sormenerako, nahia

zintzoa den bitartean eta borondatea hor dagoen bitartean Natura osoak erantzuten dizu Jainkoarekin harmonian zaudenean.

Jendeak askotan bere burua lehenesten du, baina besteengan pentsatu eta ahal dugun guztia egin beharko genuke lagundu, haiei onena opa diegu geure buruari bezala. Hori borondatez eta bihotz-bihotzez egiten dugunean, gure erruki-zirkulua zabaltzen dela sentitzen dugu eta gure eta besteen arteko maitasun-loturak sakondu eta sendotzen direla.

1.000 biztanleko ingurune batean, denek modu adiskidetsuan jokatuko balute, pertsona bakoitzak 999 lagun izango lituzke. Baina ingurune horretako guztiek besteekiko etsai gisa jokatuko balute, pertsona bakoitzak 999 etsai izango lituzke.

Maitasunaren indarrarekin jendearen bihotzak konkistatzea da bizitzan lor dezakeen garaipenik handiena. Saiatu beti besteen onean pentsatzen, eta mundu osoa aurkituko duzu zure oinetan. Hau izan zen besteentzat bizi eta hil ziren pertsona handien lorpenik bikainena. Beren buruarentzat bakarrik bizi diren botere material izugarria dutenak ahanzturan azkar ezkutatzen dira. Baina besteentzat bizi direnak betiko gogoratuko dira. Profetek ez zuten urrezko tronurik izan lurreko egonaldian, baina maitasunaren tronuan esertzen dira milioika pertsonen bihotzetan. Hori da gizaki orok okupa dezakeen tronurik onena.

Pertsona bat mundu honetara negarrez dator, beste guztiak haren etorrerarekin pozten diren bitartean. Bere bizitza osoan lan egin eta zerbitzatu behar du, mundu hau uzteko ordua iristen denean, irribarrez alde egin dezan, munduak haren dolua egiten duen bitartean.

Jainkoak mundu hau sortu zuen gizateriak bere adimena erabil zezan ezagutza espiritualak lortzeko eta Jainkoaren pentsamendua indar boteretsua dela ulertzeko, eta indar hori modu egokian zuzendu behar da norberaren eta besteen onurarako.

Jainkoak maitasuna eman ez baligu gure bihotzetan landatuz, ez genuke inoiz maitasun gizatiarra ezagutuko. Jainkoa hain eskuzabala eta maitekorra denez gurekin, bera izan beharko litzateke gure xedea eta gure bilaketaren xedea. Ez du bere burua inposatu nahi, baina ezin da zoriontasunik lortu beragan pentsatu eta berarekin konektatu gabe.

Gorputzak eta adimenak funtzionatzen duten modu misterioitsu hori, Jainkoak beste izaki guztietatik bereizi gaituena

Bizitzako beste edozein mirari eta mirari nahikoa motibazio izan beharko litzateke hura bilatu eta aurkitzeko asmoa izateko.

Zintzotasunez eta zintzotasunez saiatzen denak bere ahaleginean arrakasta izango du eta bere helburua lortuko du.

Bide honi ekin nionean, hasieran nire bizitza kaotikoa eta desantolatua zen, baina saiakera errepikatuen eta ahalegin iraunkorren bidez, hodeiak desagertzen hasi ziren, eta gauzak modu harrigarrian argitu ziren. Gertatu zitzaidan guztia Jainkoaren existentziaren eta bizitza honetan Harekin konektatzeko eta ezagutzeko aukeraren frogak ukalezina izan zen. Ai, lasaitasuna, bake mentala eta barne-lasaitasuna, bilatzaileak Jainkoa aurkitzean bizi dituenak! Mundua orduan distiratsu eta irribarretsu bihurtzen da, dena ondo egongo da, eta ezerk ez du beldurra bihotzean txertatzeko gai izango.

Horrela egin behar diegu aurre erronkei eta bizitzaren borrokari, bizitzaren eta argiaren seme-alabei dagokien ausardia eta kemenarekin.

Altxorrak aurkitzen.

Irakaslea: Paramhansa Yogananda

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

Ba al dago unibertsoan aberastasun eta ondasunen meategiak agerian uzteko eta kontuan hartu ez ziren eta lehenago inoiz amestu ez genituen altxorrak azaleratzeko gai den indarrik?

Ba al dago unibertsoan osasuna, zoriontasuna eta argitasun espirituala bilatzeko jo eta fidatu gaitezkeen botererik?

Irakasle argituek botere honen existentzia baieztatzen dute eta egiaren lege eta printzipioen eraginkortasuna frogatu dute, gizateriarentzat funtzionatuko dutenak, baldin eta adimen ireki batekin probatzen baditu.

Munduko arrakasta ez dago erabat prestakuntzaren eta autosufizientziaren menpe, baizik eta eskuragarri dauden aukerak ahalik eta gehien aprobetxatzeko erabakiaren menpe ere.

Bizitzako aukerak ez dira kasualitatez etortzen; sortu eta sortzen dira. Gizakiek sortu dituzte eskuragarri izan dituzten eta dituzten aukera guztiak (bizitza honetan edo iragan urrunean, aurreko bizitzak edo enkarnazioetan barne). Aukera hauek sortu dituztenez, ahalik eta gehien eta modurik onenean erabili eta onura atera behar diete.

Gure gaitasun naturalez gain, gure bidean jar daitezkeen oztopoak gainditzeko eskuragarri ditugun kanpoko bitarteko eta baliabide guztiak erabiltzen baditugu,

Jainkoak eman dizkigun botereak landuko ditugu: gure izatearen sakonetik sortzen diren botere mugagabe horiek. Bi botere handi ditugu: adimenaren boterea eta borondatearen boterea, eta bi dohain sakratu hauek ahalik eta gehien erabili behar ditugu.

Pertsona baten arrakasta edo porrota bere ohiko pentsamenduaren izaeraren eta ereduaren arabera da. Zer da indartsuagoa pertsona baten bizitzan: arrakasta pentsamenduak ala porrot pentsamenduak? Pentsamendua negatiboa bada denbora gehienez, noizbehinkako pentsamendu positiboak ez dira nahikoak izango arrakasta erakartzeko. Baina pertsona batek zintzo pentsatzen badu, bilatzen ari dena aurkituko du eta bere helburua lortuko du, ilunpez inguratuta sentitu arren.

Pertsona bakoitza da bere buruaren erantzule. Inork ez du erantzunik emango edo konturik ordainduko haren izenean Azken Egunean.

Munduan dugun lana, gure iraganeko ekintzek kokatu gaituzten tokian, inork ezingo lukeen zerbait da, eta gure lana arrakastatsutzat jotzen da gure kideei nolabait balio dienez bakarrik.

Ez da arazorik sakondu edo etengabe berrikusi behar. Utzi gauzak denbora batez atseden hartzen, eta agian bere kabuz konponduko dira. Hala ere, ez da hainbeste denbora lozorroan egon behar, bereizteko gaitasuna galtzeko moduan. Atsedenaldiak hausnarketa sakonago baterako eta arimaren barruko lasaitasun-horizonteetara iristeko erabili behar dira.

Zeure buruarekin harmonian zaudenez, egiten duzun guztiari buruz argi pentsatu ahal izango duzu. Zure pentsamenduak sakabanatu arren, bildu eta berriro bideratu

ahal izango dituzu. Harmonia sakratu hori lortzeko gaitasuna ahaleginaren eta praktikaren bidez lor daiteke.

Pentsamendu positiboaz gain, borondatea, lan gogorra eta iraunkortasuna ezinbestekoak dira arrakasta lortzeko. Kanpoko adierazpen eta fenomeno guztiak borondatearen ondorio dira, baina botere hori askotan ez da kontzienteki eta arrazionalki erabiltzen.

Borondate automatiko bat dago, borondate kontziente bat dagoen bezala, eta ekintza guztien atzean dagoen indar eragilea erabakitasun edo borondate sendoa da, eta hori gabe pertsona batek ezin du ibili, hitz egin, lan egin, pentsatu edo sentitu. Beraz, borondatearen indarra da ekintza guztien atzean dagoen indar motibagarria, eta jarduera hau ez erabiltzeak erabateko jarduera eza eta letargia esan nahi du, bai fisikoki bai mentalki. Gizakiek borondatearen indarra erabiltzen dute eskuak mugitzeko ere, eta ezinezkoa da bizitzea botere hori erabili gabe.

Borondate automatikoa borondatearen erabilera inkontziente da. Borondate kontziente energia bizia da, determinazio eta ahaleginarekin batera doana; botere-sortzaile bat da, zentzuz eta pentsakor zuzendu behar dena. Pertsona batek bere burua borondate jakintsu eta pentsakorra erabiltzen entrenatzen duenean, borondate inkontziente eta automatikoaren ordeztatu behar du bere borondatea modu onuragarri eta eraikitzailean erabiltzen dela, ez helburu kaltegarrietarako edo gauza hutsal eta alferrikakoak lortzeko.

Borondate sendo eta eraginkorra lantzeko, lehen ezinezkotzat jotzen ziren gauzak egiteko asmoa eta erabakia hartu behar dira. Hasi zeregin errazagoekin, eta zure konfiantza, indarra eta borondatea hazten diren heinean, pixkanaka saiatu erronka handiagoak eta zailagoak egiten.

Lehenik eta behin, helburu on eta noble bat ezarri behar da, eta lortu nahi izan behar da energia eta gaitasun guztiekin, amore eman edo porrota onartu gabe, bidean dauden oztopoak edozein direla ere.

Norberak bere borondate osoa erabili behar du zeregin bat berehala menperatzeko eta ez energia xahutu edo gauzak amaitu gabe utzi abentura berri bati ekin aurretik.

Bakea izan bedi zurekin

**Nola irakurri beste pertsonen moralak
Besteen moralak aztertzeak pertsona bat kontzienteago bihurtzen du bere izaera hobetzen lagun diezaioketen gauzei buruz. Hala ere, moralak modu negatiboan aztertzea egiaren eta kontzientziaren aurkakoa da, eta ondorio suntsitzaileak ditu.**

Denek saihesten dute besteak agerian uztea eta difamatzea helburu duen "moralitate-polizia sekretua". Besteak kritikatzeko gustuko duten askok ezin dute kritika jasan, nahiz eta besteengan ikustea deitoratzen dituzten akatsak eta gabeziak izan, beren "kontzientzia garbiaren" arabera.

Izaeraren azterketa bereziki garrantzitsua da arrazoi nagusi batengatik: etengabe behatu behar ditugu besteengan dauden ezaugarri onak eta bertute horiek landu geure baitan. Izaera aztertzen dut pertsona batzuekin harremanetan jarri behar dudanean. Baina nire hautaketa ikuspegi guztiz desberdin batetik dator. Batzuetan, ezagutzen dudak norbait nirekin egotea onartzen dut, onuragarria izango zaiela espero dut. Nire gidaritza espiritualari beren onerako erantzuten badiote, hobera aldatuko dira; bestela, nire onena egingo dut.

Mediku baten antzekoa naiz, gaixoari laguntzeko gaixotasunaren aurrean jartzen dena. Mediku guztiek arrisku hau hartzen dute zerbitzatu eta lagundu nahi dutelako. Gauza bera gertatzen da mediku espiritualarekin. Berak hartzen du besteak aztertzeko eta haien ahuleziak eta minak adierazteko ardura, beren arimak hobetzen laguntzeko.

Jesusek esan zuen: "Ez epaitu, zuek ere epaituak izango ez zarete" (eta Koranean irakurtzen dugu: "Egia esan, susmo batzuk bekatu dira"). Honek asmo txarrek eta besteak kaltetzeko nahiak bultzatutako kritikaren gaitzespen argia da. Portaera hori gogorra da eta jendearen arteko adiskidetasun eta maitasun giroa usteltzen du. Kritika guztiz alferrikakoa da benetako maitasunez eskaintzen ez bada eta beste pertsonak nahi duenean. Pertsona horri laguntzeko asmoz bakarrik eman behar da. Autokontrola ikasi dutenek besteei laguntzeko eskubidea dute. Ikuspegi honetatik, etikaren azterketa eraginkorra eta merezi duena da.

Izaera aztertzeko adar bat fisiognomian oinarritzen da. Esaten da pertsona baten ezaugarri nabarmen guztiak argi eta garbi islatzen direla bere gorputzean. Baieztapen hau ezin da orokortu, ezaugarri edo adierazpen fisiologiko guztiek ez baitute bizitza psikologikoa zehatz-mehatz iragartzen.

Aristotelesek fisiognomia aztertu zuen izaera ulertzeko gida gisa. Indiako maisuak are gehiago eta sakonago joaten dira. Diotenez, giza bizitzaren oinarritzko ideiak begietan agertzen dira. Eta begiek arimaren sekretu barnekoenak agerian uzten dituzten arren —ez bakarrik bizitza honetakoak, baita iraganeko enkarnazioenak ere—, maisu argitu baten adimenak bakarrik irakurri eta aztertu ditzake ikuspegi horiek.

Batzuetan, errepidetik zoaz eta bat-batean zerbait nabaritzen duzu oinezko baten begietan, eta zeure buruari esaten diozu: "Ez naiz eroso sentitzen pertsona horrekin" edo "Gustatzen zait pertsona hori", egoeraren arabera.

Begiek istorio osoa kontatzen dute Beldurra, haserrea, inbidia, gutizia, eskuzabaltasuna, maitasuna, ausardia, espiritualtasuna eta ezaugarri on eta txar guztiak begietan islatzen dira Agente sekretuek aurpegiko muskuluak kontrola ditzakete, haien adierazpenek ez dezaten beren asmoak salatu Baina ezin dituzte susmoak ezkutatu edo kendu begietatik (horregatik janzten dituzte batzuek betaurreko ilunak!) Yogiaren begiak, ordea, geldirik daude, jainkozko espiritu lasai eta bareari begiratzen ari delako.

Aurpegiko eta gorputzeko ezaugarri guztiak aztertu dira. Buruko koska nabarmenak ere aztertu dira. Baina itxura fisikoak ez du beti istorio osoa kontatzen, eta kultura ezberdinek ondorio desberdinak ateratzen dituzte beren behaketa eta ikerketetatik. Batzuek diote gehiegizko pisua duten pertsonak plazer-bilatzaileak direla eta lanarekiko erresistenteak direla, eta argalak, berriz, espiritualagoak direla.

Zesar mesfidati zegoen Kasioarekin, bere botererako mehatxutzat hartzen baitzuen. Idazle batzuek teorizatu zuten pertsona argalak gehiegi pentsatzen zutela, eta horregatik falta zitzaiela haragirik. Hala ere, historiak erakusten du bai pertsona argalak bai obesoak agintari onak izan direla.

Orain etengabe gehiegizko pisua baduzu, lehenago ere askotan izan zara gehiegizko pisua (aurreko enkarnazioetan). Edo etengabe argal bazara,

aurreko hainbat enkarnaziotan izan zara hala. Iraganetik heredatu duzu joera (gehiegizko pisua edo argala izateko). Eta edozer jaten baduzu ere, pentsamolde hori nagusi izaten jarraitzen du eta bere burua adierazteko gaiago da.

Fisiognomia, giza izaera interpretatzera bideratutako zientzia gisa, benetako zientzia da pertsona baten enkarnazio askotan zehar burutik igaro diren pentsamendu guztiak gorputzean agertzen direla kontuan hartzen badugu. Hala ere, horrek irakasle espiritual argitu baten intuizio zorrotza eskatzen du pertsona horren fisiognomiaren ezaugarriak guztiz eta zehatz-mehatz hautemateko.

Sokrates, adibidez, oso itsusia zen. Behin astrologo handi batekin topo egin zuenean, honek esan zion: "Sokrates, inoiz ikusi dudak gizonik txarrena eta gaiztoena zara". Sokratesen dizipuluak oso haserre zeuden astrologoarekin, baina haien irakasleak erantzun zion: "Zure arrazoia da, iraganean hori guztia izan nintzen, baina orain jakinduriarekin gainditu ditudan ezaugarri zital horiek, egin nituen gauzak oraindik gorputz honetan inprimatuta daude, eta horrek itxura itsusia ematen dio".

(Honek aro guztietako arabiar idazle ospetsuenetako baten agerpena ekartzen digu gogora: Abu Bahr al-Jahiz, zeinari buruz esan baitzen:)

Txerria bigarren aldiz eraldatuko balitz ere, Al-Jahizena baino itsusiagoa ez litzateke izango oraindik ere.

Infernuaren ordezeko gisa jokatzeko duen gizona; hauts-izpi bat da txoko guztietan (behatu)

Ez dago bi aurpegi berdinek Aurpegi bakoitza desberdina da bizitza honetan eta aurreko bizitzetan

agertu diren kalitate eta ezaugarriengatik Ez da soilik jendea on edo txar gisa epaitzea egungo itxuraren arabera, atsegina edo desatsegina den ala ez Asisko San Frantzisko ez zen fisikoki erakargarria, eta bere dizipulua, Mazedonio anaia, gizon ederra zen Baina Mazedoniok ez zuen San Frantziskok zuen edertasun espiritual handia

Fisiognomiarekin lotutako beste ikerketa-adar bat patognomia da: pertsona baten emozioen interpretazioa edo keinuen, aurpegiko keinuen eta gorputz-mugimenduen bidez emozioak adierazteko modua, eta gertaera jakin batzuei eragiten dieten erreakzioak aztertuz.

Sentimenduek eta ohiturek pertsona baten ezaugarri subjektiboak adierazten dituzte, baina pertsona gehienek beren benetako sentimenduak ezkutatzeko gaitasuna garatu dute, ez baitute beren burua besteei erakutsi nahi.

Bi senar emazteak elkarrekin ito zirela entzun zuten. Batek atsekabe sakona erakutsi zuen, eta besteak isilik jarraitu zuen. Hala ere, kanpotik atsekabea adierazi zuenak, egia esan, gutxiago maite zuen bere emaztea aurpegiko keinuen bidez inolako atsekaberik erakusten ez zuen senarrak baino. Beraz, patogenesia —benetako emozio eta erreakzioen ulermena— ikerketa-eremu oso sakona da.

Jendea zehatzago eta fidagarriago aztertu daiteke haien emozioen eta itxura fisikoaren arabera. Bi metodoak konbinatzen ditut analisi zehatzena eta fidagarriena lortzeko. Niregana prestakuntza jasotzera datozen guztiak egoera zehatzetan jartzen dira, haien gogoak eta emozioek nola erreakzionatzen duten ikusteko. Negatiboki erantzuten badute, zuzentzen saiatzen naiz. Baina hori egiten dut

pertsonak nire aholkua eskatzen badit eta gidatzeko agintea eta baimena ematen badit bakarrik.

Batzuek arrazoi txikienagatik emozionalki inplikutzen dira. Mendebaldeko musikariak, oro har, oso emozionalak dira, eta Mendebaldeko musikaren zati handi bat emozionala da, giza maitasunaren istorioen inguruan biratzen delako. Indian, musika Jainkoaren kontzeptuaren inguruan oinarritzen da, eta horixe da emozioen ekaitzak baretzeko eta bake espiritual sakona ekartzeko duen gaitasunaren sekretua. Horrek ez du esan nahi Mendebaldeko musikari guztiak emozionalak direnik edo Indiako musikari guztiak espiritualak direnik, nahiz eta litekeena den hala izatea. Musikari hitzak sanskritoz "Jainkoaren goraipatzailea" esan nahi du.

Jende emozionalarekin harremanetan zaudenean, gutxitan fidatu zaitezke haiengan edo haien koherentzian. Gaur zurekin daude, eta bihar uzten zaituzte edo zure aurka jartzen dira. Ikusi ditut pertsonak ermitara etortzen eta egun gutxiren buruan beren debozio eredugarriaz konbentzitzen saiatzen, baina denbora gutxira desagertu egiten dira eta ez dituzu gehiago ikusten.

Ezerk ez dit min handiagoa egiten adiskidetasun bat haustek eta haren santutasuna urratzek baino. Nire adiskidetasuna norbaiti ematen diodanean, ez dut inoiz kentzen.

Erraza da bereiztea pertsona mekanikoen eta pentsalarien artean. Lehenengoek jardun nahi dute, eta bigarrenek, berriz, pentsatu eta hausnartu. Biak beharrezkoak dira. Mota mekanikoek berehala jardun nahi dute eta, beraz, norbait behar dute beren energia jarduera espiritualki aberasgarrietara bideratzeko gidari gisa. Bi motek oreka harmoniatsua lortzen laguntzeko, mota mekanikoari mediatu eta

gehiago pentsatzea gomendatzen diot, eta pentsalariari hausnartzea eta gehiago jardutea.

Gehiegi jatea, erretzea eta alkohola edatea bezalako ohitura txarren mende daudenak kontu handiz tratatu behar dira, beren desioak betetzea eragozteak haserrea baino ez baitu sortzen. Jatun bati janaria kentzen badiozu, haserre bizian jarriko da. Alferrikakoa da esklabo hauei zentzumenak mantentzen laguntzen saiatzea, hobetzeko benetako nahia erakusten ez badute behintzat.

Oreka mentala dutenek Jainkoa, Unibertsoaren Jauna, oreka mentalaren tronuan eserita dagoela ezagutuko dute. Eta oreka honen bidez, gizateriak bake perfektua gozatzen du.

Indiako filosofiaren arabera, gizaki oro hiru oinarritzko ezaugarri hauetako batek menderatzen du:

Satwa: Janari egokia zentzuz jaten duten, ohitura onak lantzen dituzten eta Jainkoa maite duten pertsona espiritualen ezaugarria da.

Rajak: Hau etengabe aktibo daudenen ezaugarria da, heriotzara arte lanean jarraitzen dutenena.

Tamas: Bizitza liskarretan, haserrean, inbidiarekin, plazer sentsualetan murgilduta, letargiaz eta jendearen artean nahasmena eta kaosa sortzen dutenen ezaugarria da.

Aurrerapen espiritualak oztokatzen duen edozein ohitura gainditu behar da, eta bilatzailea bere pentsamenduen eta ekintzen maisu izan behar da. Gutxi dira benetan dakitenak non dagoen beren ona.

Hurrengo metodoa erabiliz, edozein pertsona epaitu dezakezu Pertsona guztien % 99k huts egiten dute proba honetan: eskatu edonori zerbait egiteko — beren onerako— eta guztiz kontrakoa egingo dute Zergatik? Beren desioei aurre egiteko indarrik ez dutelako Haien munduko ohiturak oso errotuta eta

indartsuak dira Oso maiz, jendeak ez du egiten zuk iradokitzen duzuna —beren onerako dela jakin arren —, ezin diezula eragin frogatzeko Beren burua hobetu nahi dutenek autokontrola duten eta lasaiak direnekin elkartu beharko lukete Saiatu maila espiritual handikoekin harremanetan jartzen, eta asko onuragarria izango zaizu Ahulek indartsuekin elkartu beharko lukete, baita indartsuenekin ere! Borrokalari bat indartsuagoa bihurtzen da bera baino indartsuagoa den norbaitekin borrokatuz

Batzuek diote emakumea katua bezain maltzurra dela Baina gizona ere azeri bat bezain maltzurra izan daiteke Katuak kanarioa jaten du eta gero geldirik geratzen da yogi meditatzaile edo agure beterano bat bezala, errugabetasuna itxuratuz ekintza gorrotagarri horretan.

Batzuek besteen bakea eta zoriontasuna suntsitzeaz gozatzen dute. Haien helburua jazartzea eta gogaitzea da, eta otso harraparien antzera jokatzeko dute, gizartean zehar ibiltzen dira liskar eta borroken bila , bakerik aurkitzen ez duten bitartean lasaitasuna eten eta giro tentsioa sortu arte.

Jende mota batzuk txori-arrainekin alderatzen ziren, etengabe txori-arrainek txistu egiten baitzuten. Esaten da gizakia lehenik sortu zela, eta gero Tuashtari jainkoak ilargiaren samurtasuna, antzara-bularreko luma leuntasuna, loreen freskotasuna eta txori-arrainen txistu-txistua hartu eta horiek nahastu zituela emakumea sortzeko. Gizonaren poza deskribaezina zen. Baina denbora baten ondoren, Tuashtarirengana joan eta esan zion: "Zein izaki ederra! Benetan eskertzen dut, baina etengabe hitz egiten du eta nire bizitza zorigaitzoko bihurtu du. Mesedez, jauna, eraman ezazu berriro". Bi hilabete geroago, gizona Tuashtarirengana itzuli eta esan

zion: "Oso triste nago. Mesedez, itzuli emakumea". Gero, denbora baten ondoren, berriro etorri eta esan zuen: "Mosedez, eraman ezazu niregandik". Baina oraingoan, Tuashtarik erantzun zuen: "Ez dut egingo! Zuk gorde egin behar duzu!".

Gizon pobrea! Ezin zuen berarekin bizi, baina ezin zuen berarik gabe ere bizi!

Emakumeek ere gizonez kexatu daitezke. Gizonek eta emakumeek elkarren izaera ulertzen ez badute, oharkabea eta ergelkeriaz elkar torturatuko dute. Jainkoaren begietan berdina dira. Ez da gizonik jaiotzen emakumerik gabe, ezta emakumerik gizonik gabe ere. Bien betebeharra da kanpoko eta barneko ezaugarrien arteko oreka sortzea. Gizonak arrazoiak gidatzen ditu emozioak baino gehiago, eta emakumeak, berriz, emozioak arrazoiak baino gehiago. Bietako bakoitzak ahalegindu behar du arrazoiaren eta emozioen arteko oreka psikologikoa lortzen, pertsona oso eta osoak izateko.

Batzuek —barkatu Jainkoak hau esateagatik— astoen antzera jokatzen dute. Sentsualitatearen esklabutzaren ondorioen ondorioz sufrimendu handia eta luzea jasan arren, temati eta temati jarraitzen dute beren ohitura txarrak elikatzen. Badirudi memoria oso eskasa dutela. Azkar ahazten dituzte beren lizunkeriazko ondorio mingarriak eta ez dute ezer ikasten beren esperientzietatik. Alde horretatik, behiak bezalakoak dira, edo are okerrago!

Naturan, animalia mota guztiek emozio eta ezaugarri guztiak ordezkatzeko dituzte Baina gizateriak denak ditu bere baitan Pertsona batek suge, otso, azeri edo lehoi baten antzera joka dezake Gure baitan dago infernuaren edo zeruaren iturburua Aingeru-ezaugarriak eta ezaugarri nobleak gero eta

**gehiago erakusten ikasi behar dugu gure
pentsamenduetan, hitzetan eta ekintzetan**

**Azaldu dugun bezala, begiak, emozioak eta
ezaugarri fisikoak aztertuz izaera aztertzea posible
den arren, metodorik onena, sublimeena eta
zehatzena barne-ikuspegiaren edo sentimendu
intuitiboaren laguntzarekin izaera aztertzea da. Zure
sentimenduak eta adimena lasai mantentzen badira,
modu batera edo bestera ezagutzen duzun edo
elkarreragiten duzun pertsona bakoitzaren izaera
hauteman ahal izango duzu, eta zure sentimendua
intuitiboa eta egiazkoa izango da, eta inork ezingo
zaitu engainatu edo nahasi.**

**Nire eginkizuna mota guztietako jendea
prestakuntza eta laguntza jasotzera ongi etorria
ematea da. Ez da bidezkoa norbaiten potentziala
eremu bakar batera mugatzea eta ikuspegi bakar
batetik aztertzea. Baina pertsona hori aldatzen den
ala berdin jarraitzen duen, ulermenak gehiago esango
dizu bere begiak, emozioak edo aurpegiko
adierazpenak behatzea baino, haien izaera edozein
dela ere. Ulermena da analisi-ahalmen handiena.
Ispilu batek aurrean jartzen zaiona islatzen duen
bezala, zure gogoak ispilu baten propietatea
eskuratzen duenean, besteen benetako ezaugarriak
zure arimaren ispiluan islatuta ikusiko dituzu.**

**Besteei laguntzeko ahalegintzen bazara,
hausnartzen baduzu eta lasai mantentzen bazara,
zuregana hurbiltzen den edo zurekin komunikatzen
den ororen benetako izaera argi eta garbi agertuko
da. Bakea izan bedi zurekin.**

Jakinduria unibertsalaren itsasoko perlak
Barne lasaitasuna landu behar da urduritasuna kentzeko

Berezko lasaitasuna duen pertsona batek oreka
mantentzen du eta bakean mantentzen da edozein
egoeratan. Gainera, ez die emozioei uzten kontrolatzen eta
.erabaki okerrak hartzera eramaten
Ez du engainatzen oportunistek merezi gabeko onurak
.lortzeko erabiltzen duten hizkera gozo eta loretsuak
Bere lasaitasun naturalari esker, gutxitan engainatzen
edo nahasten dute. Izan ere, bere bihotzak berak
harremanetan jartzen direnen benetako izaera agerian uzten
.du eta haien asmoak zehaztasun handiz azaltzen ditu
Ez ditu bere gorputzeko ehunak haserre eta
beldurrarekin pozoitzen, eta horrek eragin negatiboa du bere
.odol-zirkulazioan
Frogatuta dago ama haserre batek sortutako amaren
esneak eragin kaltegarria izan dezakeela bere haurraren.
Froga ugari dago emozio biziak gorputza kaltetu eta
.suntsitzeko ahalmena dutela
Oreka ederra da eta gure sentimenduen,
pentsamenduen eta ekintzen oinarria izan beharko litzateke,
.eta gure bizitzak biratzen diren ardatza

* * *

Adimena garuna, zentzumenak eta zelula bizidun
guztien pertzepzioa denez, giza gorputza aktibo eta erne edo
.letargiko eta deprimetuta mantendu dezake
Arrazoia da errege, eta zelula-subjektu guztiek errege-
.jabearen aldartearen arabera jokatzeko dute
Eguneroko janariaren balio nutrizionalaz arduratzen
garen bezala, egunero gure buruari ematen dizkiogun
.mantenugai psikologikoei ere erreparatu beharko genieke

* * *

Naturan gertatzen diren pandemiak, hondamendiak eta
aldaketa bortitzak, hondamendia, suntsipena eta kalte
."masiboak dakartzatenak, ez dira "jainkozko dekretuak
Hondamendi hauek gizakien pentsamendu eta ekintzek
eragiten dituzte. Munduko ongiaren eta gaizkiaren bibrazio-

oreka gizakien asmo txarren eta ekintza okerrekin eragindako
uhin eta bibrazio kaltegarrien metaketak hausten duen
lekuan, kaosa nagusitzen da eta suntsipen zabala gertatzen
.da

Munduak gerrak, hondamendiak eta tragediak jasaten
jarraituko du gizateriak bere pentsamendu eta ekintza
okerrak zuzendu arte. Gerrak ez dira jainkozko agindu gisa
gertatzen, baizik eta berekoikeria material zabalduaren
ondorioz. Jendeak berekoikeria indibiduala, industrial,
politikoa, espirituala eta nazionala libratuko balu, gerrak
.desagertuko lirateke

Espiritu materialak giza kontzientzia okupatzen eta
pentsamendua menderatzen duenean, erradiazio negatibo
gardena igortzen du. Bibrazio negatibo horien indar
metatuak naturaren oreka elektrikoa larriki kaltetzen du,
.lurrikarak, uholdeak eta bestelako hondamendiak eraginez
Jainkoa ez da horren erantzule. Natura kontrolatzea
.posible izan aurretik, gizakien ideiak kontrolatu behar dira

* * *

Izaera espiritualeko pentsamenduak eta hitzak
jakinduria infinitua eta jainkozko maitasuna irradiatzen
.duten harribitxi preziatuak dira
Arimaren adierazpen findu oro harri filosofal baten
antzekoa da, kontzientzia arruntaren metal merkea
Jainkoarenganako hurbiltasunaren eta haren presentziaren
.sentimenduaren urte bihurtzen duena
Gizakiak bere kontzientzia ahanzturaren lozorrotik
.esnatzeko garaia da, espirituaren esnatzera
Jauna, eskatzen dizugu gure kontzientzia
ezjakintasunaren sakonetik eta pentsamendu estu eta
mugatuetatik bakearen, argiaren, maitasunaren eta giza
.erruki unibertsalaren horizonteetara igotzeko

* * *

:Arrakasta lortzeko

Lehenik eta behin, definitu zure helburua eta eskatu
Jainkoari helburu hori lortzeko bide egokia hartzera
inspiratzeko, eta hausnartu
Ondoren, jasotako barne-gidaritzaren arabera jokatu eta
.zure helburua lortuko duzu

Adimena lasai dagoenean, gauzak argiagoak eta
leunagoak izango dira, eta arrakasta azkarrago lortuko da,
indar kosmikoaren funtzionamendua lege zuzena aplikatuz
.frogatu baitaiteke

* * *

Jendearekin harremanetan jartzean, adeitasuna eta
taktua erabili behar dira. Hau ez da hipokrisia, baizik eta
.besteen sentimenduekiko errespetua
Gizakia ez da harri bat, izaki pentsalari eta kontziente
bat baizik, eta pertsonak ez dira harri bizigabeak balira
.bezala tratatu behar

Beste pertsonen arazoekin beti kezkatuta dagoen
pertsona arazo iturri bihurtzen da
Esango duzunak emaitza positiboa izango badu, eta
beste pertsonak harrera ona badu, esan zuzenean. Hala ere,
batzuetan esango duzun pertsonak ez du entzun nahi eta
.zuk nahi duzunaren guztiz kontrakoa egingo du
Pertsona bat besteekin ondo moldatzen denean, arrosa
usaintsu baten antzekoa bihurtzen da
Arrosa-lorategi baten ondotik pasatzen zarenean,
batzuetan arrosen, jasminaren edo gardeniaren usaina
sumatzen duzu, eta esaten duzu: "Hara! Zein usain ederrak
."!diren hauek

Eta hala gertatzen da arima onekin, haien erreinuan
sartzen zaren bezain laster, haien bizitzaren usainak
inguratzen zaitu. Arima goratzen eta bere kontzientzia maila
.igotzen duen usaina da
Usain txar baten ondotik pasatzen bazara, ez duzu leku
horretan geratu nahi izango

Umore txarreko, liskarzalea, oldarkorra eta
eztabaidazalea den pertsona batekin topo egiten duzunean,
ez duzu berarekin geratu nahi izaten, isurtzen duen usain
.desatsegina dela eta

* * *

Jende gehienak ez du bizitza ulertzen saiatzen
Bizitza mekanikoa bizi dute helbururik gabe eta mundu
hau inkontzienteki uzten dute lurreko bizitza amaitzen
.denean

Ez genuke horrela bizi behar, automatikoki
funtzionatzen duten makinak bezala, baizik eta bizitzaren
.xedea aurkitu eta lortu beharko genuke
Gazteek zein helduek bizirauteko borrokatu behar dute.

Askok betiko egiak ez bilatzea aitzakiatzat hartzen dute,
esanez: "Ezinezkoa zaigu gure ekintzak ideal horiekin
bateratzea". Hala ere, ez dute zailtasunik aurkitzen jateko
.eta eguneroko gaietan pentsatzeko

Azterketaren ondoren, gizaki ororen izaera hirukoitza
dela ikusten dugu: fisikoa, mentala eta espirituala. Jendeak
bizitzako behar materialak ziurtatzen ematen du eta ez
besterik, baina gizakiaren ongizatea bere behar intelektualak
.eta espiritualak asetzean ere datza

Beraz, gure bizitzak sinplifikatu eta zoriontsu, bakean
eta lasai bizi behar ditugu, eta gure beharrak aztertu eta
murritzitu, eta behar horiek asetzeko modu zuzena eta zilegia
ezagutu, beharrezkoak ez diren desio gehiago sortu gabe,
.desio askok arazo asko sortzen baitituzte

* * *

Murritzketaren kateak eta askatasunaren giltzak
gogoaren katakonbetan daude

* * *

Jauna, zure presentziaren paradisura sartuko naiz
.maitasunez betetako bihotzarekin eta irrikaz gainezka

Hemen daude nire irrika sutsuak nire arimaren ateak
irekitzen eta zure jainkozko argi distiratsua ikustearen estasi
.handiz betetzen nautenak

* * *

Oro har, ez zait gustatzen aginduak ematea, norbaiti
zerbait ez egiteko eskatzen diozun bezain laster, pertsona
.horrek hori egitea tematzen baita

Beraz, iradokitzen dut pertsona batek bere buruari
agindu edo debekatu besterik ez diola egin behar.

Debekatutako fruituak hasieran gozoa da zaporea, baina
azkenean zaporea mingotsa du. Beraz, kontuz ibili behar da
eta inork ez diezaioke utzi behar norberaren askatasuna eta
.zoriontasuna lapurtzen

* * *

Jainkoak gogoratzen gaitu, guk berataz gogoratzen ez
bagara ere. Sorkuntza une bakar batez ahaztuko balu, dena
.ezabatuko litzateke existentziatik

Jainkoak ez beste nork mantendu dezake Lurra
espazioan flotatzen? Eta nork bestek eragin ditzake
?zuhaitzak haztea eta loreak loratzea

Bai, Jainkoa da gure bihotzak taupaka mantentzen
dituena. Berak digeritzen du gure janaria eta gure
gorputzeko zelulak egunero berritzen ditu. Hala ere, zenbat
gutxik gogoratzen dute Hartaz eta eskertzen diote merezi
!duen bezala

* * *

Goi-atmosferaren atzean
Eguzki izpien eta zelulen pultsuaren atzean
Bihotz-taupadak eta xuxurlatutako pentsamenduak
atzean

Otoitz egiten dudan pentsamenduen atzean

Nire irrika olatuen atzean

Eta materiala atxikitzearen atzean

Existitzen zara, oi Absolutu Infinitua

Nire arimak zu irrikatzen du

Ez zaude izarren urrunenetan bakarrik
Baizik eta, nire sentimenduen taupada da
Nire pentsamenduetan distira egiten du
Nire borondatea zorrozten du erabakitasunez eta
bizitasunez

Zure ukitu bedeinkatua sentitzen dut
Eta poz-pozik nago zure presentziaz nire arimaren
sakonean

* * *

Mendiko eszenak gortina urdinean margotuta
Giza gorputzaren mekanismo harrigarria
Eta ederki eratutako loreak
Eta arima onen noblezia
Eta ideia gorenen handitasuna
Eta maitasunaren sakontasuna
Guztiek Sortzaile bikaina gogorarazten digute
Eta aparteko ederra

* * *

Maitasuna urrezko eraikina da
Betikotasunaren Erregeak eraikia
Familia kosmiko osoarentzat
Maitasuna sua ezkutu bat da
Jainkozko aginduz urtua
Unibertsoaren gogortasuna
Eta substantzia ikusezin bihurtzen da
.Betiko maitasunetik
Maitasuna gelditu edo etenik gabe doan ibaia bezalakoa

da

Arima xume eta zintzoen lurraldeetan
Baina arimen harkaitz harritsuen inguruan biltzen da
Harrokeriaz, berekoikeriaz eta harrokeriaz
Ezin duelako gainditu
Eta zeharkatzen

* * *

Jainkoa ezagutzen dutenek ez dute desiorik

Besteen bihotzetan kokatzeko
Edo bikainak dirudite
Haien nahi bakarra kontzientzia espirituala esnatzea
delako
Nahi dutenen arimetan
Eta haien inspirazioa Jainkoa maitatzea eta Harengana
jotzea da
* * *

Bazen behin, gizon mutu bat ezia jaten ari zen, eta
norbaitek eztiaren zaporeari buruz galdetu zion
Mutuak hitz egin ezin bazuen ere, mugimenduak egin
.zituen, galdetzaileari eztiaren zapore gozoa ulertaraziz
Era berean, adimena kontzientzia maila altuagoko
egoera batean sartzen denean eta presentziaren osotasun
infinituak ukitzen duenean, badaki Jainkoarekin harremanetan
dagoela eta esperientzia gozoa dela, baina ezinezkoa da
.deskribaezina den lotura horren egoera hitzez adieraztea
Mina benetakoa bada ere pertsonarentzat, ezin die
minaren sentimendua besteei helarazi, beraiek ere berak
.sentitzen duen bezala senti dezaten
Hau pertzepzio espiritual altuagoei aplikatzen zaie. Inork
.ezin ditu hitzez adierazi
Jainkoaren ezagutza esperientzia pertsonal zuzenaren
bidez bakarrik lor daiteke
* * *

Egunsentiaren bihotzetik, argi-loreak hartu nituen zuri
eskaintza gisa
Eta goizeko santutegian zaintza-lanparak piztu zenituen
Lasaitasun espiritualez beteta dagoena
Eta zure aurpegi bedeinkatua ikusi dut
Itzalen atzetik begiratzen du
Maite nuen aurpegi hura, lehen niri begira zegoena eta
oraindik begiratzen didana
Adeitasunez eta errukiaz mendeetan zehar
Ez dut gehiago patuaren errua jarriko

Niregandik aldendu zaituen iluntasuna neuk egina da
Orain zure poz hutsaren ispiluan
Neure burua ikusten dut eta badakit nire funtsa
amaigabeko poza dela
Nire maitasuna zure betikotasunaren santutegian
isurtzen dut
Eta zu irrikatzen duen nire arimaren ereserkiak
altxatzen dizkizut
Eta bihotzeko sentimendu sakonenak zuregan
konfiantza dut
Maitasun handiz eta etengabeko irrikaz

* * *

Zorionekoak dira besteek ekintza onak egiteagatik
kritikatzen dituztenak, betiko zoriontasun paradisia zain
baitute nobleziaz eta duintasunez bizi eta hiltzen
.direnentzat
Ai ene, berekoikeriak, oportunismoak, inbidiak eta
etsaitasunak bultzatuta, ongia egiten dutenei kalte egiten
.saiazen direnak
Iseka, sarkasmoa, txutxu-mutxuak, mendekua,
aurreiritziak eta gezurrak gaizkiaren lantza pozoituak dira,
jabearengan errebotatzen dutenak eta kalte handiena
.eragiten diotenak

* * *

Jainkoagandik datorren kontzientzia eta energiatic
datozen zentzumenek mundua erakusten digute eta arima
bere iturritik eta gainerako sorkuntzatik bereizitako entitate
.gisa irudikatzen dute
Gorputz fisikoak arima espetxeratu du, eta hau espiritu
unibertsalaren isla da. Ahazturak gainezka eginda, arimak ez
du gehiago bere jainkozko esentzia gogoratzen, baizik eta
bere gorputz fisikoa bere benetako nia bezala hartzen du.
Horregatik, bere akats guztiak bereganatzen ditu eta bere
mugak eta gabeziak bere buruari egozten dizkio. Egoera
.horretan dagoen arimari "egoa" edo "ni" deitzen zaio

Baina "ego" honek edo ni txiki eta mugatu honek
gorputzarekiko duen lotura aldi baterakoa dela eta esentzia
hilezkor eta betierekoa duela konturatzen denean, orduan
.arima deitu dakioke

Zenbat eta gehiago finkatzen den bere funtsezko
izaeraren kontzientzia, eta zenbat eta gehiago igotzen eta
zabaltzen den bere kontzientzia, orduan eta gehiago
sentitzen du estuki lotuta dagoela kontzientzia
.kosmikoarekin eta gizateria osoa bere familia globala dela

* * *

Ez dugu ahaztu behar Oparien Emaila, haren opariez
gozatzen dugun bitartean
Bihotz esker oneko batek kontzientzian bidea irekitzen
du hazkunde espiritualerako eta bizitzako gauza onak
isurtzeko, kanal bat irekitzen den bezain laster, botere
.espirituala bertatik igarotzen baita
Bizitzako bedeinkapen guztiengatik esker oneko sentitu
beharko genuke eta konturatu pentsamendu, hitz eta
ekintza guztia Jainkoarengandik datorrela, eta orain gurekin
.dagoela, gidatzen eta inspiratzen gaituela
Behin kontzientzia hau dizipuluaren kontzientzian sendo
finkatuta dagoenean, argitasun distira bat distiratzen da
.haren barruan

Batzuetan, jainkozko boterea itsasoko olatu amorratu
baten antzera dator, aurrera egiten duena bultzada handiz,
oztopoak kenduz eta hondakinak gogotik eta arimatik
.kenduz

Mundua, oro har, ez dago Jainkoarengana hurbilduta,
baina han-hemenka Haren egarri eta irrika duten arimak
daude

Jainkoak gure otoitzei erantzuten ez diela dirudien arren,
bilatzaile sutsuak ez du saiatzean uzten, baizik eta bere
kontzientziaren sakonetik bere deiak egiten jarraitzen du
.erantzuna jaso arte

Jainkoa aurkitu aurretik, jendeak desio materialak
betetzeaz arduratzen da, baina aurkitu ondoren, desio horiek
beren zaporea eta distira galtzen dute, ez
axolagabekeriagatik, baizik eta bilatzaileak arimaren poza
bere bihotza betetzen eta bere irrika guztiak asetzen
.sentitzen duelako

Jendeak bizitza osoa gauza materialak lortzeko
ahaleginetan ematen du, ez dakielarik egiten duen
ahaleginaren laurdena Jainkoarengana lehenik jotzearekin,
ez bakarrik bihotzeko desio batzuk, baizik eta guztiak beteko
.liratekeela

Gure bihotzak esker onez bete daitezela eta gure
bizitzak esker onez gainezka daitezela

* * *

Ezinezkoa da lagunak erakartzea norberaren
nortasunetik berekoikeriaren eta ezaugarri desiragarrien
.orbanak kendu gabe
Jokabide egokia benetako adiskidetasunaren oinarria da
Pertsona batek motibo garbiak dituenean eta
berekoikeriatik libre dagoenean, bere funtsezko izaera
azaleratuko da eta bere benetako lagunen kopurua
.handituko da

* * *

Lasaitasuna da bizitzako esperientziei aurre egiteko
egoera aproposa
Nahasmendua lasaitasunaren aurkakoa da, eta bere
.izaera zabalak mundu mailako izurrite bihurtzen du

* * *

Argi kosmikoa, botere guztien iturria dena,
iluntasunaren atzean ezkutatzen da eta isiltasunaren
sakonean agertzen da, non pentsamenduak baretzen diren
.eta argiak aztertzen diren

Badira kontzentrazio mentalaren egoera altuak, eta
zenbat eta gehiago igotzen den bilatzailea egoera horietara,
orduan eta gehiago biziko ditu hitzez deskribatu ezin

daitezkeen poz espiritualaren egoera zoragarriak, eta orduan
:gozamenez konturatzen da

Leku guztietan bilatu nuena"

Nirekin dago orain, nire baitan sakon bizi da

Nire bihotzean eta ariman dago

Isiltasunean, haren presentzia sumatzen dut

Eta iluntasunaren hormen atzean, ikusten dut hura

* * *

Gorrotoak eta gerrek sortzen dituzten atsekabeek

frogatzen dute benetako espiritualtasuna, errukia eta

.adeitasuna indar gorenak eta hobeak direla

Gorrotoa suntsitzailea da, maitasuna, berriz, existitzen

.den indar eraikitzaile handiena

Beraz, lagun maiteok, gizakiak gorrotoaren

alferrikakotasunetik eta gerren tragedietatik ikasgai bat ikasi

behar du eta Jainkoa maitatu, hura maitatzeak arrakasta,

zorte ona eta beste ezerk eman ezin duen asebetetze osoa

.ematen baitu

Maitasunak bakarrik ekarriko dizkio benetako lorpenak

munduari. Herrialde guztiek elkar maite eta elkarri

laguntzeko gogoz egongo balira, indarra eta metodo okerrak

erabili gabe, baizik eta maitasuna eta adeitasuna erabiliz,

orduan ontasuna, arrakasta eta oparotasuna nagusituko

.lirateke munduko txoko guztietan

* * *

Gizona murrizketen menpe bizi da

Nola daki hurrengo unean ez duela minik izango, edo

?inork ez diola bihotza hautsiko

Benetako segurtasun bakarra handiek lortutako

segurtasuna da. Segurtasun hori edukitzea eta besteei

ematea da benetako askatasun bakarra eta jakinduria

.gorena

* * *

Jainkoa da existitzen den gauzarik gozoena

Zure bihotzak irrikatzen duen edozer gauza,
Jainkoarengan aurkituko duzu ez dudala nire bizitzako une
bakar bat ere alferrik galdu, eta Jainkoagandik aldentzen
nauen guztia utzi dut, eta beste ezertan aurkituko ez nuen
.zoriontasuna aurkitu dut
Jainkozko kontzientzia egoeran bizi naiz eta nik bizi
dudan egoera bera bizi nahi dutenek nahi dut
Jainkoaren maitasuna eta haren presentziaren grazia
haiekin partekatuz, niri maitasuna eman didaten guztiei ere
.itzuli nahi diet

* * *

Itsaso kosmikoaren aparra naiz
Poztasunaren sakonetik irteten
Dantzan ari den poz-jario bat naiz
Zoriontasun izugarriaren olatuen gainetik
Nire onena egiten saiatzen
Poztasun itsaso handiena bihur nadin
Nire zoriontasunaren olatuak infinituraino heda daitezela
Eta norabide guztietan zabaltzeko
Azkenean zoriontasun kosmikoaren bihotzean atsedean
!hartzeko

* * *

Jendeak bizitzaren erdialdea bakarrik ikusten du;
.bizitzaren hasiera eta amaiera ezkutuan daude haientzat
Ez da zentzuzkoa heriotza amaiera dela pentsatzea
Pentsa al daiteke gu, adimenez, adimenez hornituak eta
bizitzaz beteak garenok, heriotzaren unean loak hartzen
!dugunean existitzeari utziko diogula
Gizakia, oro har, ideia sortzaileen eta kontzientzia
espiritualaren masa bat da, eta heriotzak ez du inolako
boterarik masa immaterial hori eta kontzientzia leun hori
.suntsitzeko

* * *

Jainkoa maitasun puru eta baldintzarik gabeko batez
maite baduzu, pentsamenduak jarriko ditu besteen

gogoetan, eta gogo horiek zure nahiak betetzeko bitarteko
.bihurtuko dira, inori agerian utzi ez dizkiozunak ere
Beraz, edozer gauza zuregana erakartzeko duzun
magnetismo espirituala garatu nahi duzun erakarpen mota
.da

Gauza onak, nobleak eta garbiak nahi dituzunean,
jainkozko magnetismoa erakarriko duzu, eta horrek gauza
onak eta bedeinkazioak ekarriko dizkizu, dakizun lekutik eta
.ez dakizun lekutik

* * *

Lapurrei, drogazaleei eta alkoholikoei beren bizimodua
gustatzen zaien galdetuko balitzaie, ziurrenik "Noski ezetz"
.erantzungo lukete

Uste zuten praktika okerretan murgiltzean zoriontsu
izango zirela, baina ez ziren inoiz konturatu beren ekintzen
ondorioak kaltegarriak eta kaltegarriak izango zirela
.haientzat

Horregatik min egiten dit bihotzak eta negar egiten dut
akatsak egiten dituztenengatik, Jainkoarren, haiek baitira
benetan ni eta Jainkoak nirekin izan duen adeitasunagatik ez
.balitz, haiek bezalakoa izango nintzatekeelako
Gaizkia bera opioide mota bat da. Horregatik behar
ditugu asilo bereziak, non gaizkileek zuzen bizitzen eta
.zuzen pentsatzen ikasten duten

Espetxea ez da errehabilitaziorako leku egokia.

Horrelako pertsonak eragin handiko eta lagundu
.diezaieketen pertsona positiboen inguruan egon behar dute

* * *

Zure geltokiko poztasunetik
Egunero entzuten ditut zure doinu gozo eta melodiosoak
Nire bihotzarentzat ezaguna eta maitea iruditzen dena
Iraganean, zure irrati bedeinkatua entzuten saiatu
nintzen

Baina zure programa urrun zirudien
Nire pentsamendu txikien esparrutik haratago

Baina meditazio-giltzari hainbat ukitu eman ondoren
Zurekin ondo moldatzea lortu dut
Eterraren hegoetan etorri zinen niregana
Adeitasunaren doinuak jotzen ari zinen
.Eta lasaitasuna

* * *

Ideiak arimaren iturburuetatik datozen ibaiak dira
Jainkoarekin harmonian egotea betebegar handienetako
eta garrantzitsuenetako bat da
Jainkoak bihotzaren hizkuntza entzuten du, arimaren
.sakonenetik datorrena
Jendeak uste du Jainkoak ez dituela haien otoitzak
erantzuten, ez direlako konturatzen Jainkoak batzuetan
haien itxaropenetatik eta eskatzen diotenetatik desberdina
.den moduan erantzuten duela
Ez du beti haien nahien arabera erantzuten, harik eta
.haren nahi orokorrarekin bat ez datozen arte

* * *

Loreen bihotzetik nektarra edango dut
Eta zetazko alfonbra bigunean etzango naiz
Edo tximeleta urreztatuen atzetik korrika egitea
Mendi eta muinoen artean ibili nahi nuke
Gaueko haize leun eta freskagarriak lagunduta
Margarita eta anemonen artean
Ihintz tantekin koroatuta
Une batez geldituko naiz usain adimentsua agurtzeko
Adar kulunkariak dituzten zuhaitzetatik ateratzen den
usaina

Eta txorien hegoekin, nire arima hegan egingo du
Irudimenaren eremutik haratago nonahi
Eta urretxindor kantariekin batera, nire abesti isilak
abestuko ditut
Eta zero mugagabearekin zabalduko naiz
Eguzki-argiaren harietatik sortuko ditut nire pozak
Eta ilargiaren izpiekin garbituko ditut nire atsekabeak

Eta gauaren iluntasunean, nire esperientzia ilunak
ezabatuko ditut
Eta egunsentiarekin batera, mundu berri bat sortuko dut
.Poztasun mugagabeaz

* * *

Kanal bereziak gara, zabaldu edo murriztu
.gaitezkeelako
Borondate askea eta aukeratzeko ahalmena eman
zaizkigu. Batzuek beren bizitzaren bidea blokeatzen dute
ezjakintasunaren lokatz metatuarekin eta ez diote
.ezagutzaren fluxuari garbitzen uzten
Egiaren itsasoak indar handiagoz saiatzzen da irekidura
.estu horietatik igarotzen, baina alferrik

Eta badira beste batzuk beren bizitzako bideak
autodiziplina eta kultura espiritualarekin zulatu, zabaldu eta
sakontzen jarraitzen dutenak, horrela jainkozko jakinduria
haien bidez isurtzen eta beren arimak argiz eta
.bedeinkapenez gainezka egiten utziz

* * *

Itze-ohe batean bizkarrean etzanda egotea ia inork egin
nahi ez lukeen balentria da, baina hain ausarta eta
zirrargarria den ekintza bat posible egiten duen indar
.mentalak interesatu beharko ginateke

Denok ezagutzen ditugu istripuek, gaixotasunek eta
ohitura osasungaitzek eragindako min eta ondoeza fisikoak.
Eta nork uka dezake min fisikoaren itzeen ganean etzanda
egoteko gaitasuna, haiek eragin gabe, bizitzaren
?bedeinkapenetako bat dela

Gorputza ez dela konturatzeko aukera ematen dion
kontzientzia egoera batera iristen den edonork ez du minik
.sentituko

Bere burua kontrolatzeko gai dena mina askatzen da eta
gorputzaren gaineko nagusitasun osoa lortzen du
Jakina, hau ez da gau batetik bestera gertatuko, baina
ahalegin iraunkorrak mirariak egiten ditu

* * *

Bizitza eta heriotza izuarik gabe onartu behar ditugu,
eta bizitza honetako ikasgaiak ahalik eta gehien aprobetxatu
.hurrengo bizitza ezagutu ahal izateko
Lur honetatik haratago horizonte infinituak daude, non
betiko galdu genituela uste genituen maiteak berriro
.elkartuko garen
Noski, ez genuke heriotza eskatu edo bilatu behar, baina
iristen denean, konturatu behar dugu azken proba dela sari
.nagusia jasotzeko gaitzen gaituena

* * *

Bilatzaileak Jainkoaren bilaketaren garrantziaz jabetzen
denean, ez du zalantzarik izaten, baizik eta bere erabakia
zorrozten du eta bere gogoan bere helburu bedeinkatuan
.zentratuta mantentzen du
Desira sortzen zaionean barnean, kontenplazioz eta
irrika espiritualez elikatzen du, Jainkoaren presentzia
.bihotzean sentitu arte
Hori da bizitzaren itsasontzia bizitzaren itsasoan
.gidatzeko modurik seguruena eta fidagarriena

* * *

Zure baitan pentsamendu finduen lorategi bikain eta
zoragarri bat dago, maitasunez, adeitasunez, ulermenez eta
bakez lurrintsua. Bere loreak lurreko loreak eta belar
.usaintsu materialak baino askoz ederragoak dira
Zure maitasun hutsa ematen duzunean, arrosa
usaintsua landatu duzu, eta maitasun horren usaina eta
ulermen horren usaina lurreko edozein lore baino gehiago
!irauten du eta hori da egia

* * *

Pentsamendu sortzailea, irakurketa arretatsua eta
egiazko hitzak errepikatzea lagungarriak dira
negatibotasuna kentzeko eta pentsamolde positiboa
.ezartzeko

Baieztapenak eta erreguak kontzentrazio sakonarekin
errepikatzeak pentsamendu-eredu zuzenaosatzen
lagunduko du, pentsamendu positiboa lehen pentsamendu
.negatiboa bezain naturala izan dadin

* * *

Poztasun espiritualaren altxorra gorde eta poz hori
besteen bihotzetan txertatu behar dugu, eta ez utzi ezerk
.gure barne-poza lapurtzen
Egunak zimurtu eta subkontzienteak dena galdu dugula
iradoki arren, hala ere, zalaparta eta iskanbila pozaren
.isiltasun menderaezinarekin ito behar dugu
Koroatu zaitezte, pozaren lagunok, zuen anbizio eta
helburu handien, zuen ekintza nobleen eta pentsamendu
handien tronuan, eta Jainkoa sentituko duzue poz gisa
.pentsamendu eta sentimendu guztien egituran
Jainkozko maitasunaren zuhaitza ere landatu behar
dugu inkontzientearen lurzoruan. Maitasun hori sentitzen
dugunean, beldurak desagertuko dira eta kezak uxatu
.egingo dira Jainkoaren laguntzarekin

* * *

Norbait jaiotzetik borondate ahulekoa dela eta ezin dela
indartsu bihurtu esatea okerra da, pertsona hori handia izan
daitekeelako eta bizitzako alderdi guztietan gauza
.zoragarriak lor ditzakeelako

* * *

Betiko

?Egun hori inoiz argituko al da, Oi Betikotasuna
Non galdetuko dizudan etenik gabe
Eta galdera amaigabeak bidaltzen dizkizut
!?Eta erantzuna jasoko al dut zuregandik
Nola hazi belar ahul eta meheak
Burua altxatuta dute makurtu gabe
Eta ekaitz bortitzek astindu gabe
Zuhaitz erraldoiak errotik ateratzen dituen
Eta egitura erraldoiak suntsituta daude

!Eta itsaso ahaltsuak nahasi dira
?Nola keinu egin zizkion begiak lehenengo txinpartak
Eta lehen zuhaitza agertu zen
Eta lehenengo arraina
Eta lehenengo txoria
?Eta lehenengo semea
?Noiz izan zen haien lehen bisita
Beheko solairuko etxe hau
!?Mirarien Etxea
Zenbat irrikatzen dudan zure eskua eusteko
Itsasoa eta lurra moldatu zituen
!Oi Betikotasuna

* * *

Mundua gehienbat ilun dago, baina zoriontasunaren
distiraz aurpegiak distiratzen dituztenak ikusten ditugunean
Haien irribarreek gure tristura uxatzen dute eta gure
kezkak barreiatzen dituzte, iluntasunean distiratzen duen
lanpara bat bezala
Iluntasuna desagertzen da Bere argiaren aurrean
Arimaren irribarrea gure aurpegietatik distira dezala
Jainkozko maitasunaren haizeak gure irribarreak eraman eta
bihotz ilunetan barreia dezala, irribarre horien argiak
.besteen bihotzetako iluntasuna uxatu dezan

* * *

Besteen sentimenduak kontuan hartzea ezaugarriarik
zoragarrienetako bat da, eta pertsona bati erakargarritasun
.handiena ematen dio
Adibidez, norbait egarri bada, besteengan pentsatzen
duen pertsonak haren beharra sumatuko du eta ura
.eskainiko dio
Sentimenduak kontuan hartzeak besteen berri izatea
eta haiei buruz pentsatzea esan nahi du
Besteak errespetatzen eta haien sentimenduak
estimatzen dituztenek badakite instintiboki zer behar duten

* * *

Dizipuluetako batek zalantzan zegoen bere bide
espiritualean jarraitzeko gai izango ote zen. Paramhansa
:irakasleak animatzeko esan zion
Jainkoa ez dago urrun, gertu baizik, eta nonahi ikusten"

"dut presente
Ikasleak protesta egin zuen, esanez: «Baina Jainkoa
.«!ezagutzen duen irakaslea zara, jauna
:Irakasleak erantzun zuen
Arima guztiak berdinak dira, eta zu eta nire arteko alde"
bakarra da Jainkoari maite dudala frogatzeko ahalegina egin
".nuela, eta berak bere burua agerian utzi zidala

* * *

Pertsona bat film oso atsegin bat ikusten murgiltzen
denean, beste guztia ahazten du eta bere arreta filmean
.bakarrik jartzen du
Eta hala gertatzen da Jainkoaren maitasunaz liluratuta
dagoenarekin, jainkozko maitea izan ezik dena ahazten
.duena
Batez besteko pertsonak ez du jainkozko presentzia
sentitzeko irrika eta irrika nahikorik, adimena gauza
materialetan zentratzera ohituta baitago, jainkozkoetan
.baino
Filmek, sexuak eta munduko plazerrek pertsona baten
arreta erakar badezakete, zer esan dezakegu Jainkoaz,
pozaren iturria eta existentzian dagoen gauzarik atseginena
!dena

Baina arazoa da jende gehienak ez duela Jainkoa
ezagutu nahi, eta hura ezagutuko bazenu, orduak igarotzen
direla ikusiko zenuke, extasi espiritual goren batean
.murgilduta zauden bitartean
Edozer egin arren, ez dut pozik sentitzen Jainkoa nirekin
ez badago

* * *

Jendeak pobrezia materiala saihestu nahi badu, pobrezia
espirituala mespretxatu beharko luke, giza sufrimendu
.guztiaren oinarritzko kausa baita
Espirituala eta praktikoa den pertsona zoriontsua da, eta
.pertsona zoriontsu bat bakarrik da pertsona arrakastatsua
Hiri bateko biztanleek ongizate materialaren erosotasun
guztiak gozatzen badituzte ere, horrek ez ditu hilketak eta
.krimenak geldiaraziko hiri horretan
Elkarrekiko zerbitzuaren printzipio unibertsalen
aplikazioa, pertsonen arteko lankidetzaren espontaneoak, bizitza
espiritualarekiko maitasuna eta arimaren desioen kontrola
beharrezkoak dira edozein gizartek bizitza harmoniatsua,
.osasuntsua, zoriontsua eta oparoa gozatzeko

* * *

Ez pentsa Jainkoak ez dituela zure otoitzak erantzuten.
Xuxurlatzen diozun hitz bakoitza bere bihotz unibertsalean
grabatuta dago. Eta Jainkoak erantzuten dion modu asko
behatzen badituzu, ikusiko duzu beti erantzuten dizula
.benetan
Zenbat eta handiagoa izan zure irrika eta zenbat eta
indartsuagoa izan zure irrika, orduan eta azkarragoa eta
zoragarriagoa izango da erantzuna

* * *

Badira gorputzaren beharrak asetzea eta bere nahiak
asetzea baino helburu handiagorik ikusten ez duten
pertsonak, besterik ez. Hau zentzumenek mugatutako bizi-
.egoera da
Eta jarduera intelektual eta artisauen bidez,
nekazaritzan, merkataritzan, erosketa eta salmentan eta,
oro har, bizitza praktikoarekin lotutako guztian zerbitzatzen
duten pertsonak
Gauzak egiten etengabe dabilta, eta bizitzan duten
kezka bakarra dirua irabaztea da, eta askotan dirua
.xahutzen dute plazer sentsualetan

Hauen artean, izaera sortzailea duten pertsona
.garatuagoak daude
Badira kudeaketa eta zuzendaritza talentuak dituzten
pertsonak, bizitza profesionalean dirua irabaztea eta
arrakasta lortzea esperimentatu ondoren, bizitzaren
.sekretuak ulertzen saiatzen direnak

Zentzumenen aginduak gainditzeko autokontrolean
oinarritzen dira, bizitza serioago hartzen dute eta joera
kaltegarriei aurre egitean, auto-subiranotasunean eta
bizitzaren iparrorratza norabide egokian jartzean sinesten
.dute

Badira izaera kontemplatiboa duten pertsonak, izaeraz
espiritualak direnak eta ideia altuago inspiratzaileak besteei
.helarazteko gai direnak

* * *

Jainkoak bakarrik zuzen ditzake mundua eta gizateria
atsekabetzen dituzten gaitzak, baina gizateriak ahalegina
egin behar du jainkozko presentzia aitortzeko eta Jainkoaren
.ontasun infinitua erakusteko bere baitan
:ziur egoteko

Goizero nire gorputza, nire adimena eta daukadan
gaitasun guztiak eskaintzen dizkizut, Sortzaile Infinituari,
nahi duzun moduan erabiltzeko, nire bidez zeure burua
.adieraz dezazun

* * *

Pertsona batek bere burua onartzeko gai izateko, bere
pentsamenduak kontrolatu behar ditu
Pentsamendu sakona landu eta zure burua fokatu behar
duzu, ideia jakin batean zentratzen zarenean, zure arreta ez
.dadin alde batera edo ideia batetik bestera salto egin
Jende gehienak bizitzaren gainazalean bizi da, baina
ezagutzaren harribitxiak lortzeko, pensamenduaren
.itsasoan sakonki murgildu behar da
Pentsalari sakonak zoriontsuak dira, inguruko
.antsietatearen kausetatik mentalki urrundu daitezkeelako

Batez besteko pertsonak ez du ihes egiteko modurik,
beti gainazalean bizi baita, arrantzalearentzat erraz
.harrapatzen den arrain baten antzera

* * *

Sormen-espirtuaren aparteko kalitateak egiten du bere
jabea munduaren aurrean distira bizian agertzea, lehenago
inork egin ez zituen gauza berriak ekarri zituzten handien
.antzera

Jenio bikain haiek espiritu sortzaile menderaezina zuten,
nahi zen helburua lortu arte geldituko ez zen borondate
.batek lagunduta

Jainkoak pertsona handi horiei mesede egiten al zien
handitasun berezi hori izan zezaten? Eta jainkozko
borondateak aukeratu al zituen aintza handi hori besteen
?gainetik jasotzeko

Inola ere ez. Besterik gabe, beren talentu sortzaileak
erabili zituzten gizaki ororen ondarea diren handitasuna eta
aintza erakusteko, Jainkoaren irudian sortua baita, sormen
.eta berrikuntza guztien iturria baita

* * *

Jendeak zoriontasunaren atzetik dabil merkurioa bezala,
baina badago zoriontasuna aurkitzeko modu bat, eta hori da
Jainkoari bere bedeinkapenengatik eskerrak ematea eta
bizitzan jasotzen ditugun bedeinkapenengatik esker oneko
.sentitzea

Jainkoari esker ona ematea gure bizitzako
bedeinkapenengatik ezinbesteko baldintza da hura
ezagutzeko, bera baita betiko bakearen, bizitza erosoaren
.eta poz berriaren iturria

Jainkoari gure maitasuna ematen diogunean, bakearen,
poztasunaren eta gogobetetasunaren opari bedeinkatuak
.jasotzen ditugu

Mundu honetako pertsona zoriontsuenak positiboki
pentsatzen, lan eraikitzailea egiten eta ahal dutena

eskuzabal eta adeitasunez ematen ikasi dutenak dira.
.Bizitzan arrakasta dutenak dira
Zenbat eta pertsona gehiago izan kontzientzia positiboa,
bihotz esker onekoa eta arima maitekorra, orduan eta
.gehiago sentitzen du Jainkoa bere baitan
Eta dizipuluak Jainkoari xuxurlatzen dionean, "Zein
eskuzabala zaren, Jauna!", konturatzen da sentitzen duen
bakea eta zoriona Jainkoaren bedeinkapena dela, eta bere
pentsamenduak eta ekintzak Jainkoaren Presentziatik beti
.gertu mantentzeko moduan zuzendu nahi ditu
Hurbiltasun hori kontenplazioaren, pensamendu
positiboaren eta epaiketa sendoaren bidez lor daiteke.
Hauek, aldi berean, esker onaren eta emateko espirituaren
.ondorioz sortzen dira modu naturalean
Inguratzen gaituzten edo atsekabetzen gaituzten
hondamendi, zailtasun, gaixotasun, gaitz, kezka eta
beldurrei buruz pentsatu beharrean, ditugun
bedeinkapenetan eta eskerrak eta esker ona merezi duten
gauza on guztietan hausnartzen badugu, orduan Jainkoa
ezagutzen hasiko gara, eta horregatik sarituko gara bakea
edo zoriontasuna deitzen dugun kontzientzia
.espiritualarekin
Gure bihotzak maitasunez eta poztasunez taupadatuko
dira, eta gure adimenak ideia distiratsuekin distira egingo
dute

* * *

Jende gehienaren adimena zaldi-potentzia bakarreko
!motorrak bezalakoa da
Giza adimen orok duen potentzial izugarria izan arren,
oso jende gutxik erabiltzen ditu aktibatu zain dauden botere
.horiek
Jendearen interesak normalean mugatuak eta bizitzako
beharretara mugatzen dira, hala nola jatea, lan egitea,
.aisialdia, lo egitea eta antzekoetara

Baina gizakiok dugu ezaugarririk handienetako bat,
.sortzeko edo berritzeko gaitasuna

Zer da botere misteriotso eta enigmatiko hau?

Mendebaldea berrikuntza praktiko eta industrialaren eta
zientzia aplikatuen lurraldea da. Ekialdea argitasunaren eta
.sormen espiritualaren lurraldea da

Ekimen-espirtua inork lehenago egin ez duen zerbait
.modu berritzailean egiteko sormena izateko gaitasuna da
Sortzailearengandik eratorritako sormen-ahalmena da

* * *

Barne aldaketarik ez balego, non bihurtuko garenaren
haziak dauden, ezingo genuke gure izaeraren zati
.ezezagunean aldaketarik eragin

Baina etorkizunean nor izango garen eragiteko aukera
dugu. Gure potentzialaren hasierako entrenamenduak
zeregin garrantzitsua du gure buruaren zati ezezagun hau
aktibatzeke edo, alde batera uzten bada, paralizatuta
.uzteko

Landareek sustraiak lurzorura luzatzen dituzten bezala,
guk ere gure barneko ezaugarri onak landu behar ditugu
ongarrituz, belar txarrak kenduz, lurra askatuz, ureztatuz eta
.hesituz

Arimaren lurzorutik belar txarrak ere inausi eta errotik
kendu behar ditugu

Gure bizitzaren fruituak, handiak, txikiak, ertainak,
osasuntsuak edo gaixoak izan, neurri handi batean gure
sagastietako zuhaitzak zenbateraino zaintzen ditugun
.araberakoak izango dira

Askatasuna dugu horretarako, eta gure aukera askea
ahalik eta ondoen erabiltzen badugu, kanpoko emaitza ona
izango da, eta ondorioz, hazi berri eta onak sortuko dira gure
izaeraren zati ezezagunean, eta hauek, aldi berean,
zehaztuko dute nolakoak izango diren gure bizitzak
.etorkizunean

* * *

Pentsamenduaren ondorio negatiboak eta positiboak
Pentsamendua oso engainagarria da, emaitza
.negatiboak zein positiboak sor ditzakeelako
Oraindik gogoratzen dut behin, nire ahizpetako bat
eztarriko mina zuela, eta inoiz ez nuen hain eztarriko min
.larririk ikusi; ezin zuen ezer jan edo irentsi
Deitu eta negarrez esan zidan: "Mesedez, egin edozer
."laguntzeko

Janaria ekarri eta jateko eskatu nion. Ez zen konturatu
nire eskua bere eztarria ukitzen ari zela, eta han
.kontzentratu nuen nire energia mentala
Bat-batean minik sentitu gabe jaten ari zela konturatu
.zen, eta eztarria sendatu zelako poz bete zen
Nik utzi ondoren, jaiki eta ispiluan eztarria begiratu
zuen, eta ultzerak oraindik hor zeudela ikusi zuenean, mina
.itzuli eta oihuka hasi zen
Etxera iritsi eta minduta ikusi nuenean, galdetu nion:

"?"Zer egin duzu
."Hark erantzun zuen: "Nire eztarria begiratu dut
Esan nion: «Jainkoaren argitan zure eztarria ondo
zegoela ikusi nuen, eta horregatik hobetu zenuen zure
egoera, baina zuk gaixotasuna ikusi zenuen, eta horregatik
.«sentitzen duzu mina

.«Orduan esan nion: «Edan ur hau
Bere adimena erne zegoenez, ura irentsi eta berriro
.suspertu zen, eta ez zuen berriro ispiluan eztarria begiratu
Beraz, pentsamenduak paper garrantzitsua jokatzeko du.

Nahasmendu neurologikoei dagokienez —askotan ideia
okerrek bultzatzen dituztenak—, adimenak suspertze
azkarra sustatu dezake bere boterea behar bezala erabiltzen
.denean

Oharra: Istorio honek ez du esan nahi medikuarengana
joan edo tratamendua bilatu behar ez duzunik, beraz,
.argibideen beharra dago

* * *

:Esan ahal izan beharko genuke
Gorputz mugatu honen atzean, absolutua eta"
"mugagabea sentitzen dut
Ez dut hitzaldirik ematen Jainkoa nirekin dagoela
sentitzen ez badut, ezta irakasten ere Harekin guztiz
harmonian ez banago. Eta maila horretatik hitz egiten
dudanean, badakit entzuten nautenek ez dutela ahaztuko
.entzun dutena
Irauten dutenek Jainkoa ezagutuko dute, eta espero dut
beren bilaketan jarraitu nahi dutenek haren presentzia
.bedeinkatua ukituko dutela

* * *

Zoriontasunaren nahia da desio guztien artean
indartsuena
Benetako eta iraunkorra den zoriontasuna
Jainkoarengan bakarrik aurkitzen da, eta haren presentzia
aurkitzen duzunean, poz handiz betetzen zara, beste ezertan
.aurkitu ezin den poz batez
Mundu osoa emanaz gero, ez zenuke jakingo nola
kudeatu, eta zama astuna eta antsietatea sentituko
.zenituzke guztiagatik
Begiratu munduko ospetsu eta gizon handien bizitzak
eta ikusiko duzu suminkorrak zirela, alde guztietatik
jazarpenak jota, patuaren eskuak mugitu eta antzeztutako
.txotxongiloak bezala
Baina munduko argiarekin bat egiten duena pertsona
.zoriontsua da, bere Sortzailearekin lotuta dagoelako

* * *

Ahalegina egin behar da beti ohitura txarrak
gainditzeko, pertsona batek pesimista eta triste sentitzen
den bezain laster, hazi osasungaitzak ereiten baititu bere
.arimaren lurzoruan
Ohitura kaltegarrietan jarraitzea autosuntsiketa mota
bat da. Hala ere, egunero alai eta baikor sentitzen

ahalegintzea, proba desatsegin eta larrigarri guztiak
.gorabehera, berritze eta esnatze espiritualaren seinale da

* * *

Beren gogoia gogortzen eta harritzen uzten dutenak dira
benetan hiltzen ari direnak
Bizitzaren misterioa konpondu nahi dutenek egunero
berritu behar dute beren bizitza, nolabait hobetzeko lan
egin, pentsamendu sortzailea garatu eta jarduera
.eraikitzaileetan parte hartu
Eta batez ere, Jainkoari jakinduria eskatu beharko
liokete, jakinduriarekin batera gauza eder eta sublime
.guztiak datozelako

* * *

Jainkoak familia bat eman digu, gure maitasunaren
zirkulua geure buruetatik hasi eta senide garen besteetara
zabaldu ahal izateko, eta gero maitasun horren mugak
.zabaldu guztiontzat barne hartzeko
Maite ditugunak kentzen dizkigute, heriotzaren ondorioz
edo beste zirkunstantzia batzuen ondorioz, gure maitasuna
pertsonengana bakarrik mugatzen ez, baizik eta maitasuna
bera maitatzen ikas dezagun, hau da, Jainkoa, gure auzokide
.hurbilena, giza maskara guztien atzean ezkutatuta

* * *

Jende irekia aurkitzen dudanean, pertsona horien
gogoari eta logikari erantzuten saiatzen naiz, baina gutxitan
hitz egiten diet interesatzen ez zaizkienei, batere entzun
.nahi ez dutelako
Jainkoaren bilaketa zintzoa egiten dutenei dagokienez,
haiekin komunikatzen saiatzen naiz haien adimen irekiaren
bidez eta jainkozko maitasunaren haziak landatzen ditut
.haien bihotzetan

* * *

Film edo antzezlan bat ikustean, ikusleek istorioaren
argumentua xehetasun guztietan jakingo balute ikuskizuna
.ikusi aurretik, ikuskizunak bere gozamena galduko luke

Era berean, komeni da bizitza honetako sekretu guztiak
ez jakitea, gure bizitzako kapituluetan zehar drama kosmiko
bat dagoelako, eta ez baita zirraragarria gertatu aurretik zer
.gertatuko den jakitea

Ez genuke azken emaitzaz kezkatu behar, baizik eta
Jainkoari eskatu behar diogu bizitzako jokoan gure rolak
ahalik eta gehien jokatzeko gidatzeko, rol horiek ahultasuna
edo indarra, gaixotasuna edo osasuna, harrotasuna edo
apaltasuna, aberastasuna edo pobrezia barne hartzen
dituzten ala ez, eta amaieran istorio konplexu honen
.esanahia ezagutzera iristeko

* * *

Denek nahi dute beste pertsonak baino diru gehiago
izan, eta lortzen dutenean, ez dira asebetetzen, beraiek
.baino aberatsagoak direnak daudela deskubritzen baitute
Jendea auto-eragindako miseria-lohi batean bizi da, bere
kapritxoak eta desirak sortuz, duenaz konformatu
.beharrean

Badira besteek baino askoz gehiago duten pertsonak,
baina ez dira zoriontsuak, baizik eta gehiagoren irrikaz
erretzen dira eta antsietateak eta kezkak kontsumitzen
.dituzte

Jainkoaren bidea, lagunok, biderik errazena da, eta hobe
da lehenik Jainkoarengana jotzea eta guretzat onena dena
emateko eskatzea, eta haren eskuzabaltasunetik behar
duguna jasoko dugu, zintzotasunezko otoitzak erantzuten
.baititu eta bere maitaleen nahiak betetzen baititu

* * *

Erokeria da benetako zoriona lurreko atxikimendu eta
ondasunetatik espero izatea, hasiera batean ez baitira gai
.zoriona ekartzeko

Hala ere, milioika pertsona hiltzen dira bihotz-hautsi eta
lur jota, lurreko bizitzan Jainkoarengan bakarrik dagoen
zoriona aurkitzeko ahalegin hutsalen ondoren, zoriontasun
.hori, poz eta gozamen guztien iturria dena

* * *

Nahiko naturala da jendeak Jainkoari eskerrak ematea
Harengandik opariak jaso ondoren, baina gutxitan eskertzen
diote edo gutxitan pentsatzen dute eskerrak ematea eman
dien bizitzaren opariagatik eta haien arimetan txertatu
.dituen ezaugarri espiritualengatik
Erraza da gure bihotzak Jainkoarengana altxatzea haren
presentzia sentitzen dugunean edo gure otoitzei
Harengandik erantzuna jasotzen dugunean, baina zein
zoragarria den eskerrak ematea guri ematen digun gidaritza
ezkutuagatik eta gurekin duen presentzia bedeinkatuagatik,
horren kontzientziarik ez izan arren. Hau Jainkoarengan
konfiantza, haren aurrean apaltasuna eta haren
.jakinduriarekin pozik egotearen seinale da
Jainkoak bere erara erantzuten dio gure maitasunari eta
irrikari, eta apalenak dira bihotzak esker onez eta estimuz
beteta dituztenak betiko iturri jainkotiarretatik datozen
.bedeinkapen eta ontasun ugariengatik

* * *

gizon baten etsaia bere urdaila da (gizon baten urdaila
bere etsaia da)

Urdaila gorputzeko atalik zaurgarriena da eta askotan
tratu txarrenak jasaten ditu. Gehiegi jateak edo
osasungaitzak diren elikagaiak kontsumitzeak digestio-
aparatua nahasten duenean, osasun-arazo mota guztiak sor
.ditzake

Pertsona batek ispiluan aurpegia ikusten duenean, ondo
dagoela uste du, baina ez da konturatzen toxina asko dituela
gorputzean metatuta. Toxina horiek kentzeko modu egokia
ezagutzen ez badu, eta gorputzak ezin baditu
.eraginkortasunez kentzeko, gaixotasunak agertuko dira

* * *

Dizipulu gazteetako batek aholkua eskatu zuen, eta
:Paramahansa irakasleak esan zion

Munduak ohitura txarrak eta joera desbideratuak
txertatzen dizkizu, baina munduak ez du erantzukizunik
izango, ez du erantzunik emango edo joera eta ohitura
.horien ondoriozko zure akatsen berri emango
Beraz, zergatik eman zure denbora guztia lagun
engainagarri bati? Egunean ordubete gorde aurkikuntza
.espiritual eta zientifikoetarako
Ez al da Jainkoa —bizitza, familia, dirua eta beste
guztiaren emailea— zure denboraren hogeita lau zati baten
?merez
* * *

:Ikasle batek galdetu zuen
Jauna, zergatik iseka eta iseka egiten diete batzuek"
"?santuei eta gizon santuei
:Paramahansa irakasleak erantzun zuen
Gaiztoek gorroto diote egiari, eta mundukoek"
korronteari jarraitzearekin konformatzen dira. Ez bata ez
bestea ez dira aldaketa gustuko. Horregatik, Jainkoaren
gizon zuzenen pentsamendu hutsak asaldatzen ditu eta
"haien bakea nahasten du
Pertsona hauek gela ilun batean urte askotan bizi izan
den gizon batekin konpara daitezke. Norbaitek argia pizten
duenean, bat-bateko distirak pertsona erdi-itsua asaldatzen
.du eta fenomeno ezohikoa iruditzen zaio
* * *

Errementariaren mailu astunak ez du berezko
borondaterik Eskuarekin altxatu eta behera botatzen ez
.badu, bere lekuan geratzen da, erabili gabe
Baina gizakiak borondate askea du, Jainkoaren eskuetan
bitarteko ona eta tresna zuzena izatea aukeratu ahal
.izateko
Jainkoak ez du nahi gizakiak mailu zurrin eta bizigabeak
izatea, baizik eta borondate askea erabiltzea lur honetan
.jainkozko helburuak lortzeko
* * *

Dirua ez da nahitaez gustu onaren adierazle. Aberats
askok behar ez dituzten gauzak erosten dituzte, eta gero
etxeetan pilatzen dira, estetikoki itsusiak eta alferrikakoak
.diren pilatan

Ez duzu diru asko behar etxe bat erakargarri egiteko;
gustua da elementu gakoa
Baina etxea edertzearen ideiak jende batzuk liluratzen
ditu, beraz, obsesionatzen dira eta gauza materialetara
.mugatzen dira

Metatutako eta premiazko fakturak ordaindu behar
dituen edonork bizitza sinpleago baten eta finantza-
.presioetatik libre egotearen irrika izan behar du
Baina askatasun hori ez da etorriko nagikeriari eta
alferkeriari amore emanez, edo dena justifikaziorik edo
.logikarik gabe utziz

Behin batean, gizon batek galera handia izan eta esan
:zuen

Ai, ai ene! Nire fortuna galdu dut eta emazteak utzi"
".nau, beraz, dena uztea eta ermitau bihurtzea erabaki dut
Gizon honek, lagunok, ez zuen dena atzean utzi, baizik
!eta denak utzi egin zuen

Ingurune psikologikoa eta gogobetetasun sentrazioa
zoriontasuna lortzeko bi elementu garrantzitsu dira
Desio guztiak aztertu eta sailkatu ondoren, honako hau
:esan daiteke

Ez dago zailtasunik beharrezko behar materialak"
"lortzeko, eta horiek edukitzeko ezintasuna justifikaezina da
* * *

:Ikasleetako batek galdetu zuen
"?Jauna, zer egin behar dut Jainkoa ezagutzeko"
:Paramahansa irakasleak erantzun zuen
Denbora libreko une oro, murgildu zaitez berari buruzko
pentsamendu sakonetan. Hitz egin berarekin bihotzez
.bihotz, arimaz arima

Hurbilagoa da hurbiltasuna baino eta maiteagoa maitale
bat baino. Maite dut avaro batek dirua maite duen bezala,
eta maiteminduta dagoen gizon baten maitasunaz maite dut,
.hats batengatik itota dagoen gizon bat bezala
Zure irrika izugarria eta irrika bizia adierazten
.duzunean, zuregana etorriko da

* * *

Gure ahalegin guztiak ez dira osasun ona eta
segurtasun materiala lortzera bideratu behar bakarrik, baita
.bizitzaren zentzua bilatzera ere
Zailtasunek gainezka egiten digutenean, lehenik
ingurura jotzen dugu, uste dugun laguntzan dauden
.doikuntza material guztiak egiten saiatuz
Baina bide itsu batera iristen garenean eta esaten
dugunean: "Nire saiakera guztiak huts egin dute, zer gehiago
egin dezaket?", serio pentsatzen hasten gara gure arazoari
.irtenbide eraginkor bat aurkitzeaz

Gure pentsamenduetan nahikoa sakon murgiltzen
garenean, Jainkoaren laguntzarekin, erantzuna gure barnetik
.jasotzen dugu. Hau, berez, erantzundako otoitz mota bat da

* * *

:Paramahansa irakasleak ikasle batzuei esan zien
Kontuz bizitzarekiko ikuspegi negatiboarekin. Zergatik"
jartzen duzu hainbeste arreta zabor-piletan, inguruan
"?hainbeste edertasun dagoenean
Arte, musika eta literaturaren adibide bikainenetan"
akatsak aurki daitezke, baina ez al da hobea eta mereziago
"?haien xarmaz eta distiraz gozatzea
Bizitzak alde distiratsu bat eta alde ilun bat ditu,"
erlatibitatearen mundua argitan eta itzaletan oinarritzen
"baita
Zure pentsamenduak gaizkiaz elikatzen uzten badituzu,"
"itsuskeria eta gaiztakeria ekarriko dituzu zeure gainera
Bilatu gauza guztietan ona bakarrik, edertasunaren"
"espiritua xurgatu ahal izateko

* * *

:Paramahansa irakasleak dizipulu talde bati esan zion
Jainkoak antolatu zuen Lurrerako bisita hau guretzat,"
baina gehienok gonbidatu desatseginak bihurtzen gara,
"hemengo gauza batzuk geureak balira bezala hartuz
Gure lurreko bizilekua aldi baterakoa dela ahaztuz,
hainbat lotura eta harreman sortzen ditugu, hala nola: "nire
.etxea", "nire lana", "nire dirua", "nire familia", eta abar
Baina gure lurreko bisa iraungitzen denean, giza lotura
guztiak lausotu eta desagertuko dira, eta orduan behartuta
egongo gara atzean uztera uste genituen gauza guztiak.
Uneoro eta leku guztietan gurekin dagoen Bakarra gure
.betiko eta betiko bizilaguna da, Jainkoa
Jakin ezazu orain espiritua zarela, ez gorputza. Zergatik
itxaroten duzu heriotzak bere modu basati eta bat-batekoan
?irakasteko

* * *

Pertsona bat gaixotzen bada, bere esku dagoen guztia
egin behar du gaixotasuna gainditzeko. Medikuek
sendatzeko itxaropenik ez dagoela esaten badiote ere, lasai
egon behar du, beldurrak jainkozko presentziaren sentrazioa
.lausotzen baitu, eta hori guztiahalduna da
Antsietatean eta estres psikologikoan murgildu
beharrean, kaltetutako pertsonak ziurtatu beharko luke bere
buruari seguru eta babestuta dagoela Jainkoaren babespean
.eta zaintza atseginaren pean

* * *

Antsietateak esan nahi du buruko haririk gabeko
sisteman interferentzia dagoela
Jainkozko ereserkia soiltasunaren eta lasaitasunaren
.ereserkia da, eta asaldura nahasmena da
Lasaitasuna arimaren haririk gabeko bidez hitz egiten
duen jainkozko ahotsa da

* * *

Bizitza berritu nahi dutenek lehenik beren bizitzan sartu
nahi dituzten gauza positiboak identifikatu beharko lituzkete,
eta gero egunero jarraitzen duten programa bat ezarri, eta
zoriontasun handia sentituko dute beren erabakiak
.betetzearen ondorioz

Auto-hobekuntzarako ordutegi bati eustea ez betetzeak
.borondatea ahultzen du eta aurrerapena oztopatzen du
Pertsona baten lagunik zintzoena eta etsairik txarrena
bera da

Bizitzaren ordena naturalarekin bat egiten dutenek
lorpen emankorrak lortuko dituzte. Ez dago legerik pertsona
bati hobera aldatzea eta bere nahi nobleak gauzatzea
eragozten dionik. Ez dago oztoporik pertsona bati bere
helburu handiak lortzea eragotzi ezin dionean, oztopo horiek
inplizituki onartzen ez baditu eta ezin dituela gainditu
.konbentzitzen ez badu bere burua
.Inspirazio iturrietatik

Ez dago alderik lege fisikoen eta lege espiritualen
artean, edo giza adimenaren mekanismoak ulertzearen
ondorioz gertatzen diren mirarien artean. Zientzialariek
mirariak egiten dituzte lege fisikoak erabiliz, eta espiritualki
aurreratuek mirariak egiten dituzte. Asmakizun eta
berrikuntza imajinaezin uholde batek ezaugarritzen duen
mirari zientifikoen aro honetan, zientzialariek sakondu behar
dute ikuspegi espirituala dutenek erabiltzen dituzten lege
.espiritualen azterketan

Mirari espiritualak edo jainkozko mesedeak lege
kosmiko gainnaturalen aplikazioa besterik ez dira. Pertsona
arruntarentzat, ekintza hauek miragarriak dirudite, baina
.errealitatean, lege ezkutu eta altuago baten erabilera dira

Milaka milioi izarren edertasuna dastatu dut
Espazioaren zabaltasunean sakabanatuta
Eta plazer errugabeetatik nektarra zurrupatu nuen

Eta sutondo bat egin nuen, non nire atsekabe guztiak
erre nituen

Eta argiaren zuziak eramane nituen

Eta maitasun hutsa txertatu zen bihotz guztietan
Aita-, ama- eta anai-mailako maitasuna uztartzen zituen

Mozkortu arte edan nuen

Liburu espiritualak bake tanta baten truke estutu ziren

Naturak inspiratuta idatzi zituen poemak

Eta zoriontasunaren erle-erlauntzatik gozotasuna

lapurtu nuen

Pentsamenduaren meategitik funtsezko esanahiak atera

nituen

Eta irakurri nuen

Eta irribarre egin nuen

Eta lan egin nuen

Eta planifikatu nuen

Eta taupadaka hasi nintzen

.Irrikitan nengoen

Eta hori guztia ez zen nahikoa izan

Askotan desagertzen ziren ametsak zirela konturatu

zenean

Bihotz irrikatsuaren nahiak bete baino lehen

Baina ametsak niregandik uxatu bezain laster

Eta bakearen santutegian eseri nintzen

Nire irrika indartu egin zen

Eta entzun nuen nire arima abesten

!Jainkoa bakarrik geratzen da

Gizaki orok botere infinitua gorpuzten du, eta botere
hori egiten dugun guztian agertu behar dugu. Zerbait sortu
nahi dugunean, ez dugu kanpoko iturrietan soilik oinarritu
behar, baizik eta gure barne-sakonera jo eta iturri infinitua
.bilatu

Lan egiteko metodo arrakastatsu guztiak, asmakizun
guztiak, bibrazio musikal guztiak, ideia inspiratzaile guztiak

eta konposizio sublime eta zoragarri guztiak Jainkoaren
.erregistroetan erregistratuta daude
Lehenik helburua definitu behar dugu, gero jainkozko
laguntza eskatu behar dugu gure energiak adierazteko
ekintza egokira gidatzeko, eta gogoia lasaitu eta eman
.beharreko hurrengo urratsa argi ikusi arte hausnartu
Orduan, jasotzen dugun barne-gidaritzaren arabera
jokatu behar dugu, eta nahi duguna lortuko dugu. Adimena
lasai dagoenean, gauzak azkar eta erraz argituko dira; zein
!zoragarria den hori

Zure nahiak lortuko dituzu eta gauza guztietan
arrakasta izango duzu denbora gutxian, indar unibertsalak
gai baitira lege egokia gidatzeko eta haren eraginkortasuna
erakusteko. Geure burua aztertzen badugu, honen egia
.konturatuko gara, Jainkoaren laguntzarekin

Dizipuluetako batek Paramahansa irakasleari galdetu
zion debekatutako tentazio satanikoa gainditzeko modurik
:eraginkorrenei buruz, eta honek esan zion
Jakindurian sendo finkatu ez bazara, lehenik eta behin -
tentazioa jotzen duenean- ekintza edo bulkada indartsua
berehala gelditu eta gero gauzei buruz hausnartu behar
.duzu

Lehenik pentsatzen saiatzen bazara, tentazioak zure
borondatearen aurka gaindituko zaitu eta egin nahi ez duzun
gauza egiten aurkituko duzu zeure burua, kasu honetan
.tentazioak arrazoia gaindituko duelako
Egin behar duzun guztia irmoki esatea da, "Ez dut hori
egingo", gero jaiki eta alde egin. Hori da deabruaren
.tranpetatik ihes egiteko modurik ziurrena
Zenbat eta gehiago landu "Ez dut nahi" boterea eraso
obsesiboetan, orduan eta indartsuago bihurtuko zara eta
orduan eta handiagoa izango da zure zoriontasuna,
zoriontasuna zure kontzientziak esaten dizuna egitearen
.mende baitago

Sedukzioari "ez" esaten diozunean, esan nahi duzuna
.esan behar duzu eta esaten duzuna esan nahi duzu
Ez amore eman eta gogoratu borondate ahula dutenek
beti "bai" esaten dutela, arima handiak, berriz, "ez" literarioz
.beteta daudela

Prestakuntza espiritualean, gure emozioak eta bulkadak
kontrolatzen ikasi genuen, gure lehentasun pertsonalek gure
bizitzak baldintzatzen utzi gabe. Jainkoak eman digun
guztiagatik esker oneko bihurtu ginen. Jendeak hainbeste du,
baina asko etengabe daude atsekabetuta eta kexatzen, ezer
ez izan arren atsekabetuta sentitzen dira, ezer ez balute
.bezala, eta haien desioak amaigabeak dirudite
Goizean, senarrak bizarra —eta agian bibotea— moztu
ondoren, aurpegia garbitu eta jantzi ondoren, hurrengo
gauza gosaria da. Janari batzuk jan bezain laster, emazteak
bere gusturako zerbait prestatu izana nahiago du, eta
emazteak, berriz, mahai-tresna, plater eta ontzi hobeak
.izatea nahiago du

Eta horrela, egunero-egunero, hau eta hura irrikatzen
dute, ezerk ezin ase arte, eta haien harremanek intimitatea
galtzen dute, eta zoriontasuna bera ere galtzen dute.
Sentitzen duten haserreagatik, hurbilen dituztenen aurka
bihurtzen dira. Emazteak senarrarekin kexatzen eta
eztabaidatzen du, senarrak seme-alabei oihu egiten die, eta
seme-alabak matxinatu eta arazoetan sartzen dira konpainia
txarrarekin. Kontua da hau: ez dago gaizki gauzak edukitzea,
baina bai gaizki jabetzek gu jabetzen uztea. Zoriontasuna
bilatzen dutenek ez lukete gehiegi atxiki edo posesibo izan
.behar

Nire paradisua nire baitan dago, eta ikuspegi eder batez
edo lagun maiteak ezagutzeaz gozatzen dudanean, nire
barne paradisua areagotu egiten du ikuspegi horren edo
lagun horiek ikustearen gozamina. Barne asebetetze hori
.gabe, lurreko paradisua ere infernu jasanezin bihurtzen da

Pentsamendu, hitz, sentimendu eta ekintza ahalmen
guztiak Jainkoarengandik datozela eta beti gurekin dagoela,
inspiratzen eta gidatzen gaituela konturatzeak berehala
askatzen gaitu antsietatetik, nahasmenetik eta
nahasmenetik. Konturatze honekin, jainkozko pozaren
.distirak agertzen dira

Batzuetan, distira espiritual sakon batek izaki osoa
.zeharkatzen du, beldurraren kontzeptua uxatu eta ezabatuz
Ozeanoko olatuak bezala, jainkozko boterea momentu
handiz dator, bihotzetik igaroz eta uholde bedeinkatu
indartsu batekin garbituz, zalantza, urduritasun eta
.beldurren oztopo eta eragozpen guztiak kenduz
Jainkozko presentzia ukitzen dugunean, gorputz fisikoak
besterik ez garelako ilusioa uxatzen da. Hori pentsamendu
espiritual sakon eta fokatuaren, Jainkoarenganako
meditazioaren eta gure adimena irekitzeko haren laguntza
.bilatuz lor daiteke

Orduan konturatzen gara gorputza energia burbuila txiki
bat besterik ez dela Jainkoaren ozeano kosmikoan

Pertsona bat esperientzia psikologiko gogorren ondorioz
edo beldur handien ondorioz jasaten denean, loak hartzen
.saiaitu beharko luke

Hori egin badezake, esnatzean ikusiko du tentsio
psikologikoa desagertu dela, eta beldurrak askatu egin
direla, arima lo egoeran sartzen denean, gorputzarekiko eta
haren esperientziekiko atxikimenduarekin lotutako
.arazoetatik aldi baterako igotzen baita

Egoera handiagoa da kontzientzia altuago batera iristea
meditazio sakon eta kontzientearen bidez. Erabaki behar
dugu ezerk ez duela gure bakea asaldatuko edo gure
.lasaitasuna lapurtuko

Bizitzako egoeretan guztiz murgilduta dagoenean
adimena, ezin du arima espiritual zoriontsu baten benetako
izaera hauteman. Baina Jainkoarekin dugun lotura estua

gogoratzen dugunean, haren argiak inguratzen gaituela eta
haren bakeak gure baitan bizi dela, orduan gertaerek ez
digute eragingo, eta egoera kaltegarriek ez dute gure bakea
.asaldatuko

Pertsonak bere bulkadak kontrolatu behar ditu. Jaten
duen pertsonak jaten du, joera diziplinatuak dituen pertsona
espiritualak bezala. Beraz, zilegi al da esatea jatea bekatu
?dela askotan jateko gogoarekin lotzen delako besterik gabe
Bekatua pentsamenduan datza, motiboetan. Jatunak
gosea asetzeko jaten du, eta pertsona espiritualak gorputza
.osasuntsu mantentzeko, eta alde handia dago bien artean
Ongia eta gaizkia bereizteko, norberak introspekzioa
egin eta norberari galdetu behar dio ea egingo duguna ongia
edo gaizkia den. Geure buruarekin guztiz zintzoak izan behar
.dugu

Pertsona bat bere buruarekin zintzoa denean, oso zaila
da akatsik egitea, eta akatsa egin arren, azkar zuzendu ahal
izango du bere bidea. Kontzientziak gidatu behar gaitu
egiten dugun horretan, kontzientzia baita gure barneko
.bereizketa-indarra

Zenbat zeregin eta konpromiso ditugun kontuan hartu
gabe, ez dugu ahaztu behar gure burua noizean behin
erabat askatzea kezka eta bestelako kezka eta kezka
.guztietatik

Saiatu minutuz pentsamendu negatiborik ez izaten,
barne bakean zentratuz, batez ere antsietatea baduzu eta
.kezkak zama handia ematen badizu

Ondoren, epea hainbat minutuz luzatu zuen, gertaera
.eta une zoriontsu batzuk gogoratuz

Gogora ekarri inpresio ona utzi dizuten oroitzapen gozo
batzuk eta saiatu itzazu xehetasun guztietan berriro bizitzen,
eta pixkanaka konturatuko zara zure kezkak ahaztu dituzula
.eta zure beldurrak uxatu direla

.Barne ingurunea eraikitzea

Pertsona batek barne-ingurune osasuntsu bat eraiki nahi
badu, isilune-aldiak praktikatuta behar ditu eta ez du etengabe
txantxetan aritu behar, eta pozik, alai eta irribarretsu egon
.behar du

Hitz hutsalak sentimendu nobleak uxatzen ditu, eta
gauza hutsal eta alferrikakoei buruz hitz egingez bere indarra
agortzen duen bala baten antzekoa da, eta horrela baliabide
.psikologiko baliotsu eta ezinbesteko bat galtzen du

Kontzientzia esne ontzi baten antzekoa da;

hausnarketaren bakeaz, pentsamendu finduez eta
sentimenduez beteta dagoenean, beteta mantendu behar
da. Arinkeria eta loroen antzeko txutxu-mutxuak
kontzientziaren ontziaren alboetan zuloak sortzen dituzten
jolas faltsuak dira, barne bakearen esnea isurtzea eta
.galtzea eraginez

Horrek ez du esan nahi pertsona bat gehiegi zorrotza,
serioa eta erreserbatua izan behar denik, baizik eta iseka,
sarkasmo, iseka eta hizkera ez-logiko eta zentzugabea
.saihestea

Oraindik gogoratzen dut handiek eman zidaten
prestakuntza zoragarria. Berritua eta hizketan ari ginela,
:esaten ziguten

Itzuli zaitezte zuen barne gotorlekuetara eta ez hil"
zuen buruak odol hotzean, zuen pertzepzio espiritualak gal
ditzazuen eta zuen bakea itzulerarik gabe ihes egin
".dezazuen

Ez zen erraza guretzat ulertzea garai hartan, baina orain
ulertzen dut irakatsi ziguten bakearen bidea
Bakearen gordailuak

Pertsona batek txakeak idazten jarraitzen badu bere
banku-kontuan dirurik sartu gabe, dirua agortuko zaio eta
.saldoa hustu egingo zaio

Era berean, norbaitek bere bizitzako kontuan bakea aldizka sartzen ez badu, indar, lasaitasun eta zoriontasun erreserbak gutxitu eta azkenean desagertu egingo dira, porrot emozional, mental, fisiko eta espiritualera eramanez.

Jainkoarengan meditatzeak eta haren presentzia bedeinkatua bizitzeak gure barne indarra berreskuratzen du .eta beharrezko elementu bizi guztiekin hornitzen gaitu

Orainaldian bakarrik bizi beharrean, iraganean eta etorkizunean aldi berean bizitzen saiatzen gara, eta horrek zama handia ezartzen dio adimenari, nekatuz eta gauzei eraginkortasunez aurre egiteko gaitasuna mugatuz. Horregatik arindu behar dugu gure zama mentala. Iragana ?betiko joan da, beraz, zertarako eraman gure gogoan Utzi adimenak bere zama banan-banan kudeatzen, ez guztiak batera. Beltxargak mokoarekin hartzen duen likidoaren eduki solidoa bakarrik jaten du; era berean, iraganetik ikasitako lezioak bakarrik gorde behar ditugu .gogoan eta beharrezkoak ez diren xehetasunak ahaztu Honek asko lasaituko du adimena. Gizaki modernoaren plazerra daukana biderkatzean eta gehiago eskuratzean .datza, besteen gabeziak eta sufrimendua gorabehera Baina ez al da hobe pertsona batentzat modu sinplean bizitzea, luxu gehiegirik gabe eta irrika eta antsietate gutxiagorekin? Ez dago plazerrik norberak duenaz gozatu .gabe joateko presaka ibiltzean Iritsiko da jendea bere lozorro espiritualetik esnatuko den eta ondasun materialen beharra gainditzeko hasiko den eguna. Iritsiko da bizitza sinpleago batek segurtasun, bake eta lasaitasun handiagoa ekartzen duela deskubrituko duten .eguna Maitasunaren indarrarekin jendearen bihotzak irabaztea da bizitzan edonork lor dezakeen garaipenik handiena Hauek izan ziren besteentzat bizi eta hil ziren pertsona handien lorpen aipagarrienak. Botere material izugarria

dutenak, beren buruarentzat bakarrik bizi direnak,
ahantzuran azkar ezkutatzen dira. Baina besteentzat bizi
.direnak betiko gogoratuko dira

Profetek ez zuten urrezko tronurik izan lurreko
egonaldian, baina maitasunaren tronuan esertzen dira
milioika pertsonen bihotzetan. Hori da gizaki orok okupa
.dezakeen tronurik onena

Pertsona bat mundu honetara negarrez dator, beste
guztiak haren etorrerarekin pozten diren bitartean. Bere
bizitza osoan lan egin eta zerbitzatu behar du, mundu hau
uzteko ordua iristen denean, irribarrez alde egin dezan,
.munduak haren dolua egiten duen bitartean
Jainkoak mundu hau sortu zuen gizateriak bere adimena
erabil zezan ezagutza espirituala lortzeko eta Jainkoaren
pentsamendua indar boteretsua dela ulertzeko, eta indar
hori modu egokian zuzendu behar da norberaren eta
.besteen onurarako

Jainkoak maitasuna eman ez baligu gure bihotzetan
.landatuz, ez genuke inoiz giza maitasuna ezagutuko
Jainkoa hain eskuzabala eta maitekorra denez gurekin,
bera izan beharko litzateke gure asmoa eta gure bilaketaren
helburua. Ez du bere burua gure gainean inposatu nahi,
baina ezin da zoriontasunik lortu beragan pentsatu eta
.berarekin konektatu gabe

Gorputzak eta gogoak nola funtzionatzen duten modu
misteriotsu horrek, beste izaki guztietatik bereizten
gaituenak, eta bizitzako beste mirari eta mirari guztiek,
nahikoa izan beharko luke hura bilatu eta aurkitzeko
motibatzeko. Zintzotasunez eta gogotsu saiatzen direnek
arrakasta izango dute beren ahaleginean eta beren helburua
.lortuko dute

Bide honetan lehen aldiz ekin nionean, hasieran nire
bizitza kaotikoa eta desantolatua zen, baina saiakera
errepikatuen eta ahalegin iraunkorren bidez, hodeiak
argitzen hasi ziren eta gauzak harrigarriro argi bihurtu ziren.

Gertatu zitzaidan guztia Jainkoaren existentziaren eta bizitza honetan berarekin komunikatzeko eta ezagutzeko aukeraren .froga sendoa izan zen

Ai, Jainkoa aurkitzean bilatzaileak aurkitzen duen bakea eta lasaitasuna! Mundua orduan distiratsu eta irribarretsu bihurtuko da, dena ondo egongo da, eta ezerk ez du .beldurra bihotzean txertatzeko gai izango Horrela egin behar diegu aurre erronkei eta bizitzaren borrokari, bizitzaren eta argiaren seme-alabei dagokien .ausardia eta kemenarekin

Gauza gehiegi egin behar ditugula sentitzen dugunean, oso frustratuta sentitzen gara

:Zer egin behar den kezkatu beharrean, hobe da esatea

Ordu hau nirea bakarrik da, eta ahal dudana guztia"

"egingo dut bertan, presioak gainezka egin gabe

Erloju batek ezin ditu 24 ordu minutu batean egin, eta

era berean, ezin duzu ordubeteen 24 ordu behar dituen

.zerbait egin

Ahalegin nahikoa egin behar dugu une honetan egin

behar duguna egiteko, lasai eta estres gabe egiteko, eta

.etorkizuna bere kabuz konponduko da

Gozatu oraingo uneaz eta saiatu bakearen bibrazioekin

harmonizatzen

Zenbat eta gehiago egin hau, orduan eta gehiago

sentituko duzu zure barnean zure onurarako lanean, zure

bizitza aberasten eta zoriontsu egiten zaituen botere

.bedeinkatu bat

Beldurrari eta antsietateari aurre egitea

Antsietatea bihotzean sortzen da minaren sentsazioaren

ondorioz. Beraz, ikusten dugu beldurra iraganeko

esperientzietan oinarritzen dela. Agian pertsona iraganean

erori eta hanka hautsi du, eta, beraz, beldur da esperientzia

.bera errepikatzeaz

Halako proba mingarrietan etengabe arreta jartzeak
borondatea eta nerbioak paralizatzen ditu, eta horrek erori
eta berriro hanka hautsi dezake! Gainera, bihotza beldurak
paralizatzen duenean, gorputzaren bizitasuna maila
baxuenera jaisten da, gaixotasunen germenek gorputzean
.sartu eta kalteak eragiteko aukera emanaz

la ez dago gaixotasunaren beldurrik ez duen
pertsonarik. Beldurra gizakiari mina saihesteko tresna
prebentibo gisa eman zitzaion, eta bere helburua ez zen
.hura handitzea eta etengabe horretan pentsatzea
Beldurra etengabe kezkatzeak zailtasunak saihesteko
eta ditugun arazoak konpontzeko ahaleginak oztopatzen
ditu. Neurtutako beldurra jakindurian oinarritzen da, janari
jakin bat osasungaitza dela pentsatzea bezala, jan nahi izan
arren. Gaixotasunaren beldurak gaixotasuna gorpuzten du.

Jendeak bere buruari eragiten dio gaixotasuna,
pentsatzeagatik soilik. Katarroa hartzeko etengabeko
beldurra baduzu, zaurgarriagoa izango zara, saihesteko
.edozer egin arren

Ez utzi beldurak zure borondatea eta nerbioak
paralizatzen. Antsietateak zure borondatearen aurka
gainditzen zaituenean, beldur zaren esperientzia bera
sortzen laguntzen duzu. Ez da zentzuzkoa denbora gehiegi
ematea etengabe beren gaixotasun eta ahuleziez hitz egiten
duten pertsonekin. Gauza hauetan zentratzeak beldurraren
.haziak erein ditzake zure buruan

Biriketako tuberkulosia, minbizia edo bihotzeko
gaixotasunak hartzeko beldur direnek beldur hori beren
pentsamenduetatik kendu beharko lukete, egoera
.desatsegin horiek ekar ez diezazkieketelako
Gaixoei eta adinekoei dagokienez, ahalik eta gehien
ingurune atsegin eta atsegina behar dute, izaera sendo eta
positiboa duten pertsonen artean, haiek animatu eta
pentsamendu eta sentimendu positiboen bidez haien animoa
.altxatzeko

Pentsamenduak botere handia du Ospitaleko langileak
gutxitan gaixotzen dira autokonfiantzari esker; izan ere,
pentsamendu sendoek energia berritzen diete eta
.etengabeko bizitasun-hornidura ematen diete
Irrikaren abestia
Irrikan handiz, bihotzeko abestiak zuri altxatzen dizkizut
Nire altxor espiritual guztiak zure aurrean jartzen ditut
Maitasun izugarriaren eta leialtasun irmoaren ezia bildu
dut zuretzat
Nire kontzientziaren zeluletan; nirea den guztia zurea
ere bada
Jauna, egarri nintzen itxaropen faltsuen eta desio
antzuen basamortuan
Eta orain edan eta asetu dut egarria zure maitasun eta
bakearen iturburuetatik
Ez dut gehiago lurreko desioen egarririk
Zure haize bedeinkatu eta usaintsuak niregana iristen
sentitzen ditut, eta freskatuta nago
Eta nire zoriontasunaren kandelak zure pozaren
distirarekin distiratzen dira
Ia hil nintzen egarriz eta nekeaz
Lurreko oasi engainagarrien mirariaren erdian
Eta orain zure espiritu bedeinkatuaren zorion-uhinetan
murgilduta nago
!Zure itsaso santuan ito eta betiko zuregan bizi nahi dut
.Loreen hizkuntza
Jainkoa da artista handiena
Bere edertasun absolutua loreen edertasunean islatzen
da
Zein zoragarria den beragan pentsatzea loreak eta
!arrosak ikusten ditugunean
Jainkoa ikusezina da
Hala ere, guri hitz egiten ari da
.Loreen bidez
Eta beste milaka izaki polit eta maitagarri

Eta bere zeruko usainarekin betetzen gaitu
Egunero baieztatzen digu bere existentzia bere izakien
bidez

Loreak helburu batekin sortu ziren
Bere edertasunarekin zerbitzatzen ditu guztiak, zerbitzu
xume batekin

Jainkoaren mirariei buruz hitz egin genuen beste edozer
baino gehiago

Lore bakoitzak bere jainkozko presentziaren istorio
zoragarria kontatzen du

Loreak mendeetan zehar erabili izan dira
Ez bakarrik apaingarri gisa, baizik eta Jainkoaren usaina
eta edertasuna agerian uzteko

Jainkoaren presentzia lore eta arrosen bidez suma
dezakegu

Lore bakoitza jainkozko egitura bat delako, eta horren
bidez Jainkoaren agerpen bat hautematen dugulako

Edertasuna maite duen ederra

Kontuan hartu zelaiko liliak, ezta Salomon ere bere}

{aintza osoan

Haietako bat bezala jantzita zegoen

Kezkak: Haien izaera eta nola aurre egin

Kezkak alferrikakoak dira, gure bihotzak kezka gehiagoz

kargatzen dituzte soilik

Lanaldia uzten edo amaitzen duzunean, ahaztu ezazu.

.Ez eraman gogoan eta eraman etxera zurekin

Kezkak hodei ilun eta goibelen geruza lodi bat osatzen

dute gogoaren inguruan, estropezu eginez, haien bidea ez
delako argi eta erraza. Jainkoarengan gero eta gehiago

fidatzen ikasi behar dugu. Hau zientzia bat da berez eta

aldatzen ez den jainkozko lege etengabea. Ahal duena

egiten duenak eta, aldi berean, jainkozko laguntza bilatzen

duenak, oztopoak kenduko dizkio bidetik, zailtasunen

intentsitatea gutxituko zaio, eta Jainkoak ateak irekiko

dizkio. {Jainkoarengan konfiantza jartzen duenak, Hark

nahikoa izango dio} {Eman zure kezka Jaunarengan, eta
Hark konponduko ditu}

Jakizu —Jainkoak handitu dezala zure ezagutza— beti
dagoela bizitzako zailtasun eta kezketatik ateratzeko
modurik. Gelditu eta pixka bat hausnartzen badugu, eta
arretaz pentsatzen badugu gure antsietatearen kausa
ezabatzeaz, bertan pentsatzen jarraitu beharrean, Jainkoak
ateak irekiko dizkigu eta inoiz imajinatu ez genituen
.bideetara gidatuko gaitu

Jende askok etortzen zait bere kezka kontatzera, beraz,
lasaitzeko eta hausnartzeko eskatzen diet, jainkozko
laguntza bilatuz, eta ez pentsatzeko beren arazoak
konpontzeko beste modurik lasaitu eta bake espiritualala izan
.arte

Adimena lasai dagoenean, jainkozko bakea jaisten da
arimaren gainera, eta fedea sendotzen denean, arazoen
irtenbideak agertuko dira eguzkia mendien atzetik ateratzen
.den bezala

Arazoak alde batera uzteak ez du bermatzen arazo
horiek kentzea, ezta haietaz kezkatzeak ere emaitza
.positiboak ekartzen ditu

Meditatu lasaitu arte, gero pentsatu zure arazoaz eta
otoitz egin Jainkoari laguntza eskatzeko. Zentratu arazoan,
eta irtenbidea aurkituko duzu kezkarik edo ahalegin handirik
.gabe

Bihotzez eta zintzotasunez egindako otoitz bati beti
erantzungo dio Jainkoak. Baina otoitza ez bada sutsuki eta
.zintzotasunez eskaintzen, agerikoa da ez zaiola erantzungo
Denek konturatzen dira noizbait beren desioetako bat
bete dela otoitzari esker

Desio bat irrika bihurtzen denean, Jainkoaren bihotza
ukitzen du eta nahi dena ematen dio
Jainkoak zerbait nahi duenean, natura osoak erantzuten
dio bere nahiari

Jainkoak erantzuten digu bihotz-bihotzez, fede
.sakonarekin eta irmotasunez jotzen dugunean
Batzuetan, norbaiten buruan ideia jakin bat sartuz
erantzuten du, zure nahia edo beharra asetzeko balioko
.duena

Pertsona hori Jainkoaren eskuetan dagoen bitarteko gisa
.balio du nahi den emaitza lortzeko
Jendeak ez daki nola funtzionatzen duen indar ahaltsu
honek

Kalkulu oso zehatzekin funtzionatzen du, "baldin eta"
.edo "ez bada" esateko tarterik utzi gabe
Hori da "ikusezinak diren gauzetan sinestea" esan nahi
.duena

Eta espero ez duen tokitik hornituko dio
.Arimaren ereserkietatik
.Zuhaitzak hasperenka
Eta haizeak jolasean dabil
Eta eguzkiak irribarre egiten du
Eta ibaia aurrera doa
Eta zeruak gora igotzen dira
arrosa-gorriko orbanak
Eta lurrak bere kapa beltza aldatzen du
Izarrez jositako diamanteak
.Egunean zehar janzteko
Urrezko traje distiratsu bat
Naturak bere burua apaintzen eta edertzen du
Hurrengo urtaroen kolore alaietan
Eta erreka gurgullantea
Inoiz ez duzu hitz egiten saiatzen
Ahotsak tartamudeaz tindatuta
Pentsamendu ezkutuari buruz
Eta arimaren sakonetik irteten dena
Eta txoriak abesten dute
Eta aitortzen saiatzen da
.Gai ezezagunekin

Bere barruan iraultzen ari da
Baina gizakia
Hitz egiteko eta azaltzeko gai
Termino argi eta zehatzetan
Denek egin ez zuten horretaz
.Zabaltzeari buruz
Unibertsoaren Maisuari buruz
.Nonahi presente

Kontzientziazioa areagotzea
Gure barne-ingurune psikologikoa bizitzako lehen
etapetatik kanpoko ingurunearekin dugun interakzioaren
.bidez moldatzen da

Barne-ingurune honek eta ohitura intelektualek,
iraganeko bizitzek moldatutako desio eta joerak ez ezik,
askotan gure ekintzak eta jokabideak modu automatikoan
.gidatzen dituzte

Berritze intelektualari dagokionez, edo kontzientzia
gorputzetik espiritura eta egia espirtualetara igotzeari
dagokionez, bizitzaren hasieran arimak gorputzaren bidez
bere burua erakusteaz eta bere nahiak adierazteaz gozatzen
.du, eta ondorioz gorputzaren preso bihurtzen da

Maila fisikoa baino maila altuago batean bizitzeko
trebatu behar dugu geure burua. Garapen mentala hazkunde
fisiko edo materialarekin estuki lotuta dago. Beraz, eboluzio
naturalaren arabera, arimak hainbat etapa igarotzen ditu
kontzientzia espiritual mailara iristeko, eta horrek azaltzen
du zergatik lortzen den lehenik arrakasta materiala, eta
.ondoren arrakasta mentala

Zalantzarik gabe, lorpen mentalak onuragarriak dira,
haien bidez behar fisikoak segurtasun espiritual bihurtzen
.ikasten baitugu
.bira arriskutsua

Munduak gaur egun dituen arazoak ez ditu Jainkoak
sortu. Aitzitik, gizateriaren urte luzez egindako pentsamendu

okerren eta ekintza okerren ondorio dira. Gizakiek
.ereindakoa, hori bildu behar dute
Gizakia inflexio-puntu arriskutsu batera iritsi da eta
bidegurutze batean dago. Bere burua suntsitu dezake
asmatu dituen gerra-bideekin edo bizimodu altuago batera
jo eta Jainkoa bere bizitzan sartu profeta eta jakintsuek
defendatutako balio moral, etiko eta espiritualak jarraituz.
.Aukera gurea da
Gizateriak bere posizioa definitzeko eta zein bide hartu
behar duen erabakitzeke garaia da: kaos eta
suntsipenerantz edo zeruko erlijioek eskatzen dituzten ideal
unibertsal altuagoetara, arimak eta mundua sufrimendutik
.eta hondamendietatik salbatzeko
Pertsona batek bere rola behar bezala jokatzeko badu,
eta ontasunaren, maitasunaren eta moral bertutetsuaren
legeek inspiratzen badute, orduan iluntasuna desagertuko
.da eta iluntasuna uxatu egingo da
Ez dago logikarik edo justifikaziorik munduak ikusten ari
diren gertaera tragikoentzat, ezta herrialde guztietan
gertatzen ari den indarkeria zentzugabearentzat ere. Hori
guztiaren atzean dagoen arrazoia da gizateria bere
Sortzailearengandik urrundu dela eta Harekin duen benetako
.lotura galdu duela
Jendeak ez du justifikazio logikorik ikusten bere
sentimendu negatibo mingotsak ez askatzeko eta bere
haserrea besteengan ez askatzeko, eta uste dute arazoak
konpontzeko modu bakarra armak erabiltzea eta bizitzak
.kentzea dela
Baina Jainkoak, bere profetek eta bere gizon handiek
nahi dute jendea elkarren artean harmonian bizitzea eta
.zuzentasunean eta jainkozaletasunean lankidetzan aritzea

Zure benetako nia sustrai kosmikoak ditu. Sustrai hauek
iturri kosmikotik hartzen dute indarra, hau da, Jainkotik,
existentziako botere guztien jatorritik. Ni mugatu eta

txikiagoa, edo "egoa", barrutik atera eta errealtatean ager
.daitekeenaren zati txiki bat baino ez da
Zure funtsezko nia aktibatu, erabili eta onuradun izateko
.zain dagoen potentzial infinitua dauka
Irakasle handi guztiek diote gorputzaren barruan arima
hilezkorra dagoela, Jainkoaren argiaren txinparta bat dela,
existentzia betetzen duena eta sorkuntza guztia eusten
.duena

Badakizu nola bizi den jendeak bere bizitza? Gutxik
dakigu bizitzeko modu egokia, eta nola etekina atera
diezaiokegun bizitzari zentzuz eta ekonomikoki inbertitzen
.badugu

Lehenik eta behin, gure denboraz jabetu behar gara.
Denbora igarotzen da eta konturatu baino lehen alde egiten
du, eta horregatik askotan ez dugu Jainkoak eman digun
.denboraren balioa estimatzen
Zenbat denbora alferrik galtzen den ezerezean! Eta zein
gutxi gelditzen diren hausnartzeko eta bizitzak zer eskaini
diezagukeen aztertzeko. Jende gehienak ez du batere sakon
pentsatzen; bizitza jaten, lo egiten eta entretenimenduan
murgiltzen ematen dute, eta gero mundu hau erakusteko
.gutxirekin uzten dute

Ezinbestekoa da beharrak eta nahiak bereiztea.
Benetako beharrak oso gutxi dira, baina nahiak ugariak dira.
Askatasuna eta barne bakea aurkitzeko, gure beharrei
erantzun behar diegu eta amaigabeko desioen eta munduko
zoriontasun laburraren atzetik joan behar dugu,
basamortuko mirari baten antzera, egarririk ez elikatzen ez
.asetzen ez duen miraje baten antzera

Zenbat eta gehiago fidatu pertsona bat kanpoko
egoeretan zoriontasuna lortzeko, orduan eta gehiago
urruntzen da hura bizitzetik. Luxuen nahia lantzea eta
elikatzea zorigaiztoko sentimenduak areagotzeko eta
.ondasunen menpekotasuna areagotzeko bide segurua da

Gure beharrak murriztu eta gure denbora benetako
zoriontasuna edo zoriontasun espirituala bilatzen eman
.behar dugu

Arima ez da inoiz aldatzen; giza kontzientzia
mugatuaren beloaren atzean ezkutatutako betiko esentzia
da, mota guztietako minez, porrotez eta heriotzaz gainezka
.dagoena

Aldaketaren eta aldakortasunaren belo ilusorioa altxatu
eta gure betiko izaeran atsedean hartu behar dugu. Gure
kontzientzia sendotasunaren eta barne-lasaitasunaren
harkaitzean finkatu behar dugu, hau da, ulermena gainditzeko
duen jainkozko bakearen tronua, eta orduan Espirituaren
bedeinkatutako iturburuetatik datorren zoriontasun-iturri
.gozoa dastatuko dugu, egunez eta gauez

Zoriontasuna autodiziplinaren bidez, bizimodu ohitura
sinpleak eta pentsamendu findua landuz eta dirua aurreztuz
lor daiteke, nahiz eta gure oinarritzako beharrak asetzeko
behar duguna baino gehiago irabazi. Besteei ere laguntza
.eman eta beren buruari laguntzen lagundu beharko genieke

Badago idatzi gabeko lege bat, zeinak dioen beste
batzuei oparotasuna eta zoriontasuna lortzen laguntzen dien
edonork ustekabeko iturrietatik laguntza jasoko duela, eta
bere oparotasuna eta zoriontasuna handituko direla. Lege
konstante eta aldaezina da hau, eta bedeinkatuak dira
horren arabera bizi direnak, zoriontsuen artean egongo
baitira. Ez al da hobe sinpleki bizitzea eta espirituz aberatsa
?izatea

Argiaren gainean argia, Jainkoak nahi duena gidatzen}
{du bere argira
{Eta argia iluntasunean distiratzen du}

Lanpara elektriko txiki baten argi bakoitzaren atzean
korrante indartsu bat dago, eta olatu txiki bakoitzaren
.azpian olatu askoren ozeano handia dago

Hau gizakiei ere aplikatzen zaie Jainkoak gizakiak sortu
zituen eta borondate askea eta aukeratzeko askatasuna
eman zien Baina gizakiek ahaztu egiten dute Jainkoak haien
.baitan jarri zituen iturria eta botereak
Ez dago mugarik mundu honetan dauden aukeren
aurrean, ezta gizakiak lor dezakeen aurrerapenaren aurrean
.eta irits daitezkeen horizonteen aurrean ere

Gizakia bere osotasunean eta izatean ulertzen hasten
garenean, konturatzen gara ez dela izaki fisiko bat
Bere baitan indar asko daude, eta horien potentziala
maila desberdinetan erabiltzen du mundu honetako
baldintzetara egokitzeke. Eta indar horien potentziala
neurrigabe handiagoa da pertsona arruntak uste duena
.baino

Iturburuak eta Tragoak: Maitasun Sakratuaren Oasi Bat
Bizitasuna marraztuko dut
Urrezko eguzki-argiaren iturritik
Bakea edango dut
Ilargi argizatutako zilarrezko gauen iturburuetatik
Zure indarra edango dut
Haize indartsuaren kopatik
Zure kontzientzia poz eta gozamenez edango dut
Nire pentsamendu sotil eta sakonen edalontzietatik
Zure argi bedeinkatuan
Betiko esna egongo naiz
Zure aurpegi bedeinkatu eta guztiz existitzaileari begira
Begi erneekin betikotasunaren aro luzeetan zehar
Jainkoaren maitasuna bilatu dut
Giza emozioen lur antzuan
Azkenean aurkitu nuen arte
Maitasun sakratuaren oasian
Zeinen iturria ez den inoiz agortzen
Jauna, lagundu iezadazu nire zeruko ondarea
erreklamatzeko

Eta hilezkorren bizitza bizi ahal izateko
!Oi, Maitegarriena eta Santuena
Nire ezjakintasunaren iluntasuna denbora bera bezain
zaharra bada ere
Konturatu nadin, ordea
Zure argiaren egunsentiarekin batera
Iluntasuna begi keinu batean desagertuko da
.Inoiz gertatu ez balitz bezala
Haserrea eta osasunean duen eragina
Batez besteko pertsonak ez du bere arimaren
esperientzien oroimen kontzienterik, baina kosmos
osotasunaren parte da eta noizean behin bere bizitza
kargatu behar du Bakar eta Bakarrarengandik datozen
bizitzaren korrante freskagarriekin, bizitzaren, maitasunaren
.eta egiaren iturria, aldatzen edo zatitzen ez dena
Bilatzaileak Egiaren printzipioa pentsamenduan, hitzean
eta ekintzetan gurtzen duenean, sorkuntzarekin eta
Sortzailearekin lerrokatzen da. Espiritualki eboluzionatutako
banako honekin topo egiten duen oro espiritualki aberasten
da haren bibrazio espiritual harmoniatsuengatik, nahiz eta
.aberastasun hori mailan aldakorra izan
Dizipulu hori dualtasun mingarrietatik eta erlatibismo
kontraesankorretatik libre dago, eta azken finean azken
.babeslekuan sartzeko gaitua da: egia absolutua
Haserririk eza da barne bakerako biderik azkarrena.
Haserrea desioen frustraziotik sortzen da, eta desiorik ez
.duena haserretik libre dago
Besteengandik ezer espero ez duenak eta bere
helburuak lortzeko eta bere nahiak betetzeko
Jainkoarengana jotzen duenak ez du bere kideekiko
erresumina edo mingostasuna sentituko, ezta haien
sentimenduak minduko ere (Zure anaiari irribarre egitea
karitatea da) eta (Zoaz lehenik eta egin bakeak zure
.anaiarekin)

Gizon jakintsua pozik dago Jainkoa mundu guztien kudeatzaile eta administratzailea dela jakitearekin, eta ez du uste gauzak ausaz gertatzen direnik, beraz, haserretik, .gorroto errotutik eta sentimendu etsaietatik libre dago Mundu hau erlatibitatearen mundua da, eta jakintsuek jainkozko nahiarekin bat egiten dute eta beren ekintzak egoeretara egokitzen dituzte. Batzuetan, atsekabe ausarta edo bortitza ere erakuts dezakete gaizkileak errugabeei kalte egitea eragozten badie. Baina jakintsuek ez dute gorroto inongo gizakirenganako, haien ezjakintasuna .handia edo haien bekatuen kopurua edozein dela ere Bere burua ezagutzen duen pertsona haserretu egin daiteke denbora luzez edo laburrez, baina laster itzultzen da .bere ohiko lasaitasunera eta lasaitasunera Pertsona arrunt baten haserrea ezin da borondatearen indarrarekin eta berehala ezabatu, baina munduko desioetatik libre dagoen pertsona baten bihotz garbiak ez du .haserrea sentitzen eta ez du erakusten Haserrea da pertsonen artean ohikoena den akatsa, eta .familien eta nazioen arteko bakea hausten du Haserre eztanda egiteko joera dutenak ez dira familien gustukoak, eta etengabeko amorru hauek eragin kaltegarria dute gizakien osasunean eta askotan indarkeriara eramaten dute. Jendeak itsu-itsuan haserreari amore ematen dionean, kopuru esanguratsu batek delituak egiten ditu, espetxera .joaten da edo heriotza zigorra jasotzen du Autokontserbazioaren printzipioaren arabera, pertsona guztiek zuhur jokatzeko, ondorioak kontuan hartzen eta .haserrea kontrolatzen ikasi behar dute Beren haserrea kontrolatzen eta jendeari barkatzen diotenak - eta Jainkoak ongia egiten dutenak maite ditu .Oreka mentala lortzea Bizitzaren erlatibotasuna (jaiotza, heriotza, plazerra eta] mina) gaingaitzen dute mundu hau adimen orekatu batekin

ikusten dutenek. Egia esan, hauek jainkozko espiritu
Bhagavad-Gita 4:9 [perfektuki orekatuan errotuta daude

Interpretazioa eta iruzkina

Oreka mentala lor daiteke ariketa espiritualen
praktikaren bidez, adimena barrurantz bultzatzen laguntzen
dutenak, non yogiak aldaezin den poztasun egoera orekatua
bizi duen. Barne egoera hori esna daudenean adierazteko
gai direnean, puru bihurtzen dira eta espiritu unibertsalean
.oinarritzen dira

Jakintsuek diote pertsona arruntak akatsak dituela
existentziaren dualtasun eta erlatibotasunarekin duen
elkarrekintza sentsorialagatik, hala nola mina eta plazerra,
beroa eta hotza, bizitza eta heriotza. Beren kontzientzia
sentsazio mundanoetatik borondatez bereiz dezaketenak
baino ez dira benetan libre zentzumenen dualtasun
kezkagarrietatik, eta horiek dira jainkozko espirituan
.atsedena aurkitzen dutenak, betiko bakea biziz
Barne, kontziente eta sublime kontzientzia egoeretan
zoriontasun sakratua bizi duten yogiak puruak dira eta
.espiritu kosmikoarekin bat egiten dute

Diziplinarik gabeko pertsonak mundu honetako irudi
mugikorrak behatzen ditu eta bere kontzientziaren itsasoan
pozaren eta tristuraren, etsipenaren, haserrearen,
sorgortasunaren edo apatiaren olatuen gainean ibiltzen da,
itsaso horretan arimaren ilargia islatuta ikusteko gai izan
.gabe

Kontzientziaren uhin nahasiak baretzen direnean,
barneko ozeano lasaian dagoen jakintsuak ilargi sakratuaren
.irudia ikusten du distortsiorik gabe

Pentsamendu negatiboa etsaia da
Zerbait gainditu behar duzunean, ulertu behar duzu
zergatik gainditu behar duzun. Ez duzu bakarrik utzi eta
urrundu behar, baizik eta horri buruzko pentsamendua
ezabatu eta zure pentsamenduetatik uxatu ere egin behar

duzu. Pentsamendu negatiboa garaitu beharreko etsai
.ikaragarria da

Zure arreta sentsoziala kontzientziatik kontzientzia
espiritualera aldatzen baduzu, garaipena lortuko duzu eta
zoriontasuna ekarriko diozu zeure buruari. Lorpenak gogoan
.daude

Ez da gehiegikeriaren biktima bihurtu behar Gozatu
gauzez, baina ez utzi haiek zu esklabo bihurtzen Izan zaitez
libre Izan zaitez jator, lagunkoi, alai eta pozik, eta izan zaitez
zure buruaren jaun egoera guztietan
Norbaitek nahi duena egitea ez da askatasuna,
askatasunaren gehiegikeria baizik
Askatasuna auto-subiranotasunaren legea jarraitzetik
.dator, hau da, autokontroletik

Benetako askatasunak dena jakinduriaren arabera
egitea esan nahi du
Askatasuna urria eta azalekoa da Jainkoarekin eta haren
legeekin bat ez badator
Jende gehienaren bizitza desioek, pasioek,
tenperamentuek, ohiturek eta ingurumen- eta gizarte-
eraginek gobernatzan dute

Ohitura fisikoek adimena kontrolatzen hasten direnean,
gorputzak zaila egiten zaio borondatearen aginduak
betetzea. Ohitura ona zure lagunik onena da, ohitura txarra,
berriz, etsai moztarotua. Beraz, kontuz ibili behar da ohitura
edo ekintza bat errepikatzearekin, errepikapenak ekintza bat
ohitura bihurtzen baitu konturatu aurretik, eta ohitura
bigarren izaera bihurtzen da. Hala ere, alda daiteke ekintza
on koherenteen eta pentsamendu positibo eta sortzailearen
.bidez

Askatu gaitzazu ezjakintasunetik eta haren
ondorioetatik

Gauza on guztien iturria eta botere guztien jatorria zara
Jauna, bedeinka gaitzazu zure bedeinkapenak guregan
erakutsi ahal izateko

.Gure osasunean
Gure asmo intelektualetan
Eta gure asmo espiritualetan
Izarretan distira zara
Atomoetako energia
Eta norberaren sakontasunaren kontzientzia
Lagundu iezaguzu geure burua kargatzen
Zure botere gorenaren bidez
Zure jakinduria infinituarekin
Eta zure benetakotasun mugagabearekin
Osasun iturria zarela aitortu dezagun
eta bizitzaren ingurunea
Eta ulermen guztien iturria
Askatu gaitzazu ezjakintasunetik eta haren
ondorioetatik
.Minetik eta sufrimendutik
Zure jakinduriaren uholdeak eramanez
Gure bizitzaren hondakin eta hondamen guztiak
Urratu zure aurpegia guregandik ezkutatzen duten
beloak
Argi oso distiratsu batekin ikus zaitzagun
Eguzki ugari daude gure izatearen horizontean
Senti dezagun zure presentzia etengabe berritzen ari
den indar gisa
Gure pentsamendua inspiratu
Eta gure arimak elikatu
Eta gure gorputzak eusten ditu
Zuk bakarrik ase gaitzakezu eta gure itxaropenak bete
Zuen gidaritza eskatzen dugu egiten dugun guztian
Eta ideia okerrak baditugu
Entzun dezagun zure bedeinkatutako xuxurla, itzultzen
gaituena
.Bide egokira
Bedeinka itzazu gure bizitzak zure sormen-ahalmenekin
Eta zure betiko zoriona

Oi, Eskuzabalen artean Eskuzabalena
Eta emanaldi guztien iturria

Ulermen espiritualak lortu nahi dituztenek egoera
horietara iristeko lan egin behar dute, ez irabazi
berekoiengatik, baizik eta beren bizitzaren adibidearekin
.besteak inspiratzeko

Beren betebeharrak modu orekatuan betetzen
dituztenek, beren bizitzak modu orekatuan garatzen
laguntzen dutenek, galdutako eta frustratutakoek lasaitasun,
zoriontasun eta arrakastaren horizonteetara sartu eta
.igarotzen diren ate bedeinkatu eta ireki gisa jokatzeko dute
Pertsona hauek beren goi-izaerarekin harmonian daude
eta ez dute beren kapritxoak asetzeko lan egiten, baizik eta
egiaren, garapenaren eta jainkozko borondatearen
.betetzearen eskakizunak betetzeko

Benetako aszetak dira, jauregietan bizi eta milioika izan
arren, Jainkoari atsegin emateko eta besteak laguntzeko
.anbizio pertsonalak alde batera uzten baitituzte
Pertsona batek lan egin eta ahal duen guztia egin behar
du bizitzako probak gainditzeko eta bizitzeko zailtasunak
gainditzeko, basoen sakonean edo zibilizazio modernoko
.oihanen erdian izan

Basoak harraparien bizileku dira, eta zibilizazioaren
.oihanak beldurraren munstroz gainezka daude
Tentazio eta desira gaindiezinak, eta gizakiak bere
burua babestu behar du harrapari material eta moral
guztietatik, askatasunez, pozik eta beldurretik askatuta
.bizitza duin baten bideak ibili ahal izateko

Pertsona batek bere baitan zoriontasun espiritual
iraunkorraren erreinua aurkitzen duenean, nonahi aurkituko
du, bai isiltasunaren sakonean, bai jardueraren zaratan, eta
jainkozko ahotsa xuxurlatzen entzungo dio bai
.kontenplazioaren kobazuloan, bai lan-eremuetan
Filosofoaren eta itsasgizonaren istorioa

Esaten da filosofian eta logikan aditua zen filosofo batek
ibaiaren ertz batetik bestera mugitzeko asmoa zuela , beraz,
ibaia zeharkatzeko jendea garraiatzeko erabiltzen zuen ontzi
.txiki baten jabea zen ontzilari bati deitu ziola

Filosofoa txalupara igo zen eta marinela arraunean
jarraitu zuen, korrante indartsuari eutsiz. Distantzia labur
baten ondoren, filosofoak marinela galdetu zion: "Marinela,
"?Filosofiaren Printzipioen lehen zatia buruz ikasi al duzu
.Marinela erantzun zuen: Ez, jauna, ez dut buruz ikasi
Filosofoak orduan esan zion: Barkatu, baina jakinarazten
dizut zure bizitzaren %25a alferrik galdu duzula inolako
.onura nabarmenik lortu gabe

Marinela iraina irentsi eta arraunean jarraitu zuen.

Ibaiaren erdira iritsi zirenean, filosofoak berriro ireki zuen
:aho mindua eta esan zuen

Aupa Bihurria: Filosofiaren Printzipioen bigarren zatia

?buruz ikasi al duzu

Marinela erantzun zuen: Jauna, ez dakit ezer liburu honi

buruz, Filosofiaren Printzipioak

Filosofoak adierazpen berri bat egin zuen orduan: "Zer
pena! Barkatu, baina jakinarazten dizut zure bizitzaren %50a
ezerezean alferrik galdu duzula". Marinela zakarkeria
horrekin mindu zen, baina ez zuen ezer esan, arraunean
jarraitu zuen modu askotan, filosofo jakin-mintsu honekin
topo egin zuen ordua madarikatuz. Txalupak ibaiaren hiru
laurden behera egin zuenean, filosofoak hirugarren galdera
:bat egin zuen

Aupa Bihurria: Filosofiaren Printzipioen hirugarren zatia

?buruz ikasi al duzu

Marinel gajoak pazientzia ahulduz erantzun zuen: Esan

.nizun, jauna, ez dakidala ezer filosofiaz

Hemen filosofoak (kezka eta kontsolamendu irribarre

bat) egin zuen, esanez: Zoritxarrez, zure bizitzaren % 75

.alferrik galdu duzu horrekin, eta hori galera ordezkazina da

Marinelak ez zion iruzkin horri erantzun, baina
arraunketa bizkortu zuen, kontrako ertzera iritsi eta gauza
itsaskor eta kiratsdun hura kentzeko asmoz. Bat-batean,
zerua tximistaz bete zen, trumoiak hasi ziren, eta euri
zaparrada tropikal bortitz bat erori zen, ontzia norabide
.guztietan astindu zuen ekaitz bortitz bat sortuz
Orduan, marinelaren txanda izan zen filosofoari galdera
:bat egiteko, eta honek esan zion
Filosofo maitea, bidaia honi ekin genionetik, galdera
zaparrada batekin bonbardatu nauzu, bata bestearen
?atzetik. Galdera bakarra egin al dizut
Filosofoak erantzun zuen: Bai, egin dezakezu. Marinelak
:esan zuen
Ai, filosofo estimatu hori, filosofian aditua eta liburuak
?buruz ikasi dituzuna, ona al zara igerian
Filosofoak dardarka erantzun zuen: Ez, jauna, ez dakit
.igeri egiten
Marinelak irribarre egin eta esan zion: Beraz, gure
arriskua zurekin dago eta gainerakoa gure bizitzetan, eta
min ematen dit esatea hemendik gutxira zure bizitza
!ehuneko ehun historia izango dela
Une hartan, olatu handi batek txalupa jo eta hankaz
gora jarri zuen, garai hartako filosofoa ibaiaren hondora
bidaliz, gure itsasgizon lagunak bere beso sendoak eta
igerian zuen esperientzia luzea erabiliz, konfiantzaz eta lasai
.eutsi zion olatuaren beste ertzera onik iritsi arte
Lokatzaren azpian lurperatutako urrea bezala
Sorkuntzaren hasieratik, ongiaren indarrek gaizkiaren
indarren aurka borrokatu dute. Gogoratu behar dugu inbidia,
haserrea, gutizia eta abar ez direla gureak, hasieratik eman
zaizkigula baizik. Gaizki hauek jasaten direnean esnatzen da
.jakinduria eta saiatzeko da bidea aurkitzen min horien artean
Jakinduria aurkitzeko modu bakarra esperientzia da,
esperientzia pertsonalaren bidez konturatzen baikara gaizkia
dela gure bakea asaldatzen duena eta atsekabea,

sufirimendua eta mina eragiten dizkiguna, eta horregatik
.saiatu behar dugu hura saihesteko eta kentzeko
Probokatu ondoren bakea aurkitzen duzun bakoitzean
eta jator eta lasai mantentzea erabakitzen duzun
bakoitzean, deabrua etorri eta esaten dizu: "Kalumniatzen
ari zaituzte, beraz, zergatik ez duzu zerbait itsusi edo
"?mingarria esaten erantzunez
Ez utzi deabrua irabazle izaten ongiaren eta gaizkiaren
arteko sokatira-borrokan
Ahots Santua etengabe xuxurlatzen ari zaigu, baina
jainkozko laguntza jasotzeko Zeruko ahotsa arretaz entzun
behar dugu
Satanek beregana erakartzen saiatzen den bakoitzean,
Jainkoak beregana erakartzen saiatzen da. Galdera da: nori
?entzungo diogu, eta nori men egingo diogu
Inork ezin digu gure gaineko kontrolik edo eraginik izan
gure baimenik gabe, Jainkoak eman digun erabakia eta
aukeratzeko askatasuna baitugu, baina Satanaren engainua
.beti dago presente eta horri aurre egin behar diogu
Ongiaren indarrek gure arazoei irtenbideak ekartzen
dizkiete, gaizkiaren indarrek, berriz, konplikazioak eta
arazoak sortzen saiatzen dira. Ontasunak besteak baztertzen
dituzten eta norberaren alde egiten duten desio berekoi
.guztietatik askatzea esan nahi du
Jainkoaren boterea izugarria da, eta bere ahalmenak
botere guztiak gainditzen ditu. Bere maitasunaren bidez,
beregana erakartzen eta gaizkiaren atzaparretatik askatzen
saiatzen da. Gizateria erdian dago: aingeruak eskuinean eta
.gaizkiaren indarrak ezkerrean
Pertsona batek ekintza on bat egiten duen bakoitzean,
Jainkoak hurbiltzen du; ekintza txar bat egiten duen
bakoitzean, Satanek hurbiltzen du. Baina Satanek ezin dio
.pertsona bati betiko eutsi, Jainkoaren irudira sortua baita
Pertsona batek gorrotoa sentitzen duenean bihotzean,
gogoratu dezala Satanek suntsitzen saiatzen ari dela, eta

maitasuna sentitzen duenean, jakin dezala Jainkoak
.beregana deitzen ari dela
Badira adibide txarrak eta adibide onak. Jainkoak bere
adibideak edo ereduak erakusten ditu gu beregana
erakartzeko, eta Satanek ere bere salgaiak erakusten ditu
helburu berarekin. Eta zein zoragarria den Jainkoaren gizona,
:erakustaldi horiek hausnartzean abesten hasi zena
Bizitza gozoa da, eta heriotza amets bat da; osasuna"
gozoa da, eta gaixotasuna amets bat da, zure melodia
sakratua nire arimaren sakonean oihartzun egiten duenean,
"Jainko maitea
Gaizkia eta bekatua ez daude gure izaeran, kanpotik
.ekarriak eta ariman txertatuak baizik
Ontasuna lokatzaren azpian lurperatutako urrea
bezalakoa da; ez du bere esentzia galtzen, baizik eta bere
garbitasun naturalarekin distira egiten du lokatza kendu
ondoren. Era berean, giza arimaren barruko ontasuna
iraunkorra da. Arimaren urrea ezjakintasunaren lokatz lodi
eta gogortuak zenbat zikintzen duen axola gabe, lokatz hori
jakinduriaren labanaz kendu edo ezagutzaren urarekin
garbitu besterik ez dugu egin behar benetako urrearen
.distira ederra agerian uzteko
Energia espiritualak aktibatzea
Arima esnatu behar da
Ahultasun eta hauskortasun ametsetatik
Eta adimena jakinduriaren horizonteetara bidaliz
Meditazioaren, ariketaren eta erlaxazioaren bidez
Autokontrola eta elikadura egokia
Eta sendo eta menderaezina den indar psikologikoa
.Ez onartu porrota
Onartzea porrot handiagoa delako
.Botere mugagabeak dituzu
Indar horiek aktibatu behar dira
!Hori da dena
Pentsamendu serio eta sakona

Mugetatik askatzeko bidea da
 .Eta arazo asko
Jainkoarenganako kontzientzia txertatu behar da
 Eta pertzepzio espiritual altuagoekin
 Zailtasunak asko izan daitezke
 .Zamak astunak dira
 Baina gizakiaren etsai propioa
 "Hau da, bere ni txikia edo "egoa
 Benetako arima hilezkorra da
Esperientziak eta arazoak aldi baterakoak eta
 aldakorrak diren arren
 Gizakia funtsean espiritua da
Esentzia espirituala konstantea eta aldaezina da
 Energia eta botere izugarriak askatu ditzakezu
 Zailtasunak eta hondamendiak gainditzea
Eta zure bidean dauden oztopo eta eragozpen guztiak

Pentsamendua elektrizitatea bezalako indarra da
 .baldintza psikologikoak
Pentsamendura eta pentsatzeko modura itzultzen da
Elektrizitatea onuragarria eta kaltegarria da aldi berean
 ?Beraz, nork daki nola kudeatu
 .Bere zerbitzura jartzen du
Bestela, elektrokutatu egin dezake
 Eta hala pentsatu ere
 Bide egokietan zuzentzen bada
 Zoriontasuna ekartzen dio jabeari
 Bestela, arazoak ekarriko dizkio
Pentsamendua zaldi basati baten antzekoa da
 Hala ere, menderatzea ez da ezinezkoa
Pentsamendu positiboa zure pentsamenduak
 kontrolatzeko modu bat da
Pentsamendu ona lagun min bat da
Eta buru gaixo bat etsai etengabea da

Pentsamendu onak bakea eta segurtasuna erakartzen

ditu

Eta buru gaixo batek gezi hilgarriak jaurtitzen ditu
Bikoiztu egiten du jabearengan errebotea
Horregatik esaten da saria ekintzaren mota berekoa

.dela

Pertsona batek asmo onak bidaltzen dituen bitartean

Bere ideiak su bihurtuko dira

Argitu arimaren ganberak

Eta iluntasun pilak uxatu

Orduan, lasaitasun sakona sentitzen du

!Poztasun irribarre batez distira egin zion begiek

besteekin ondo moldatzea

Haien akordioak ez du dena esan nahi

Edo idealak haien mesedetan sakrifikatzea

Konpromiso metodo hau ez delako desegokia

Ez dator bat egiarekin

Erreformatzaileak eta gizon handiak ez zeuden ados

Jende askorekin inguruan

Hala ere, beren idealak mantendu zituzten

Zeren konturatu ziren egiten ari zirena

.Hori guztiz zuzena zen

Printzipioa ez da arriskuan jarri behar

Eta helburu zehatz bat lortzeko ezkutuko motiboetara

jotzea

Hori ez baita egokia printzipiodun pertsonentzat

?Nork bizi daiteke Jainkoari atsegin dion moduan

.Ez egin besteei minik, ez baitute beldurrik izan beharrik

Lehenik eta behin, Jainkoarekin harmonian egon behar

da

Gero kontzientziarekin, eta ondoren jendearekin

Baina ikuspegi honek besteak asetzen ez baditu

Nahikoa da pertsona bat bere baitan bakean egotea

Barne bakea sentitzen du, jendearen onespenetik

.independente egiten duena

Arimaren indarra eta nahia
 .Jainkoarengana jotzean
Magnetismo espirituala deitzen zaio
 Eta magnetismo hau
Arimak bedeinkazioak erakartzen ditu beregana
 eta bibrazio finak
 Eta giza esperientzia on guztiak
Ontasuna eta zuzentasuna gogorarazten diona
 magnetismo espirituala
 boterea da zeinaren bidez
Pertsona beregana erakartzen eta erakartzen du
 .Lagun onak
 Eta gauza ezinbestekoak eta garrantzitsuak
 Eta gauzen ulermen intuitiboa
 Botere hau eratorria da
 Jainkoaren indar magnetiko erakargarritik
 Bakearen kandela
Hartu ontzi mental bat eta bete ezazu zure bakearekin
 Hartu nire sentimenduen botila eta bete ezazu zure
 errukiaz
Hartu nire arimaren saski hutsa eta bete ezazu zure
 jakinduriaren fruituekin
Isuri zure maitasunaren ura nire ariman, egarri den
 .arimaren edalontzietan isuri ahal izan ditzadan
Hautsi nire egoaren hormak eta murgildu nazazu zure
 presentzia osoan
Maitasunaren argiaren egunsentia nire bihotzeko
irekiduretatik distiratzten da, zure maitasunaren eguzki-argia
 .gogoraraziz
Nire bizitzako zeruan zehar zabaltzen
Zure maitasunaren argi distiratsuak nire arima argitu
 .du, eta zure argiak nire espirituaren espazioa bete du
 Zu zara nire gorputza eusten duen bizitza, nire
 pentsamenduak inspiratzen dituen adimena eta nire
 .ezjakintasuna uxatzen duen jakinduria

Nire maitasunaren kandela mehea pizten dut antzinatik
barruan gordeta daukadan urrezko liburua irakurtzeko
Zure maitasuna bakearen kandela ikusezina izan zen
eta da oraindik ere, iluntasuna uxatzen duena eta zure
.mezuak erakusten dizkidana
Bloga bihotzen orrialdeetan dago
.Infinituaren atalasea
Behin eta berriz zu bilatu ondoren
Eta zure sekretu zoragarrien basoetan etengabeko
ibilaldia
Azkenean infinituaren ertzera iritsi naiz
Konfiantzaz eta iraunkortasunez, zure izen santua deitu
nuen
Eta bat-batean zure presentziaren atea ireki zen
Han, bere erdian
Eta ikuspen loriatsuen tronuan ikusi zintudan
Nire entzumena ez zegoen harmonian
Zure ahots sortzaile eta berritzailearekin
Zure ahotsa entzuteko irrikaz itxaroten nuen
Orduan zure lasaitasunaren magia sartu zitzaidan
barnean
Eta xuxurla intuitiboekin
Aingeruen hizkuntza irakatsi zidan
Eta bilera berria huts egin zuen
Nire galdera eta kontsultez bonbardatu zaitut
:Denbora bera bezain antzinakoa
"?Zergatik, Jainko maitea, bekatua eta sufrimendua"
?Zergatik engainuak eta ilusioak
Beraz, zure santutegiko izpiak hartu nituen
Letra argitsuen forma bat
Zure erantzun benetako eta fidagarriak helaraziz
Kontsolamendu eta erosotasun emailea
Orain, Salamiko tenplu esoterikoan
Zure presentziaz gozatzen dut lasaitasunaren bihotzean
Hitz ulertezin eta isiletan hitz egiten dugu

,Oi misterio ulertezinen Jainkoa
Betiko hitz egingo dizut
!Bihotzeko elokuentzia eta jariakortasun guztiarekin
Zure argia nire ariman distiratzten denean
Ager bedi zure aintza, Jauna
Zure jakinduriaren argia uxatu bedi
Ezjakintasuna, desadostasuna eta inbidia
Lurraren ertzetik betiko
Gure ahultasuna indar bihurtu
Eta ahuldu ginen erabakitasunera
Kargatu gure gorputzak elektrizitate biziarekin
Eta bete zure sendatzeko argiarekin adimena eta arima
Hartu gure eskua, Zure axolagabekeriaren uretan ito ez
gaitezen

Bete gure izatea Zure maitasun eta jakinduriaz
Senti dezagun zuregandik oso gertu gaudela
Eta zure errukiaren eguzkia
Gure gainean etengabe distira egiten du

Nire xuxurlatzen ari diren eta bizitzen ari diren
pentsamenduen loreak jartzen ditut
.Isiltasunaren egituran
Bere usain isila abesten du
Eta zure aintzak abesten ditu
Eta zure argi santuaren distirarekin
Zure existentziaren edertasuna ikusten dut
Nire amets zoriontsuak egia bihurtzen dira
Zure argia nire ariman distiratzten denean
Beloak jakinduriaren suarekin distiratsu daude
Beraz, ikus ezazu zure aintza
Nire poza hazten da
Jainkozko Bedeinkapenen Itsasoa
Oi argi kosmikoa
Egunero ikusten zaitut zerua kolore biziarekin apaintzen
Lur antzua esmeralda zetaz janzten ikusten zaitut

Eguzki izpi baten beroan zaude
!Eta nonahi agertzen da
Jauna, lagundu iezadazu zure aurpegia ikusten nire
lasaitasunaren ispiluan
Erakutsi zure existentziaren erreinu zabala, erakutsi
!zeure burua
Irakatsi nire bihotzari otoitz egiten, eta nire arimari
sentitzen
Ate guztiak irekiko zaizkiola haietatik agertzeko
Zure presentzia bedeinkapena da
Oi, maite santu-santua
Utzi konturatzen orain eta betiko, nirea izan zinela eta
oraindik ere zarela nirea betiko
Hemen daude nire akatsen ametsak, desagertu eta
ahantzuraren hilerrian lurperatu direnak
Esna nago, zure hegoen azpian bizitzaren eguzkiaren
distiran gozatzen
Jainkozko bedeinkapenen itsasoa niregandik igarotzen
da
Eta sentitzen dut ni naizela horren bidez igarotzen den
bitartekoa
Sormen-ahalmen sakratu guztiak
Bedeinka nazazu, Jauna, zu bilatu ahal izan dezadan
Beste edozer baino gehiago axola zait zutaz
Zuen ehuleek egiten duten bezala

Eskakizun eta eskakizun asko daude
Munduak inposatzen digu
Eta bere garrantziaz konbentzitzen gaitu
Eta hori gabe bizitzea ezinezkoa delako
Edo haiek gabe egitea
Baina oinarrizko eskakizuna izan behar da
.Jainkoaren bakea lortzea
Zeinen iturriak ez diren inoiz agortzen
Bere iturria ez da inoiz agortzen

Bizitzako guztiari zaporea eta zentzua ematen diona
Gogora dezagun Jainkoa dela gure izatearen funtsa
Eta maitasun hori da begiratzen dugun leihoa
Bere aurpegi nobleari
?Nork nahi du jainkoaren presentzia sentitu
Eta desira noble hori pentsamenduan eta ekintzetan
elikatzen da
Jainkoak bere eskaera emango dio
Eta beloak urratzen laguntzen dio
Argi bedeinkatuak ikustea eragozten duena
Bidean aurrera egiteko erabakita daudenak
.Ezerk ez du geldituko
Ezerk ez dio oztopatuko
Bere helburua lortu arte
Bihotzak nahi duena lortzen du
Ez utzi haserreak zu kontrolatzen

Emozio hau azalean agertzen dena baino sakonagoa da.
Pertsona batek indarkeriazko ez tandem kanpoko
adierazpenak arrazoiz kontrolatu ditzake, baina hala ere
haserre erreprimetua eta sumindura sutan eduki. Haserre
hau hainbat modutan agertzen da, hala nola,
erasokortasuna, ezinegona, pazientziarik eza, atsekabea,
inbidia, suminkortasuna, zorigaiztoa eta umore txarra. Izan
ere, ia denek bizi dute haserrea neurri batean edo bestean.

Haserrea, edozein dela ere bere izaera, desioak
betetzean sortzen den frustraziotik sortzen da. Poztasun
espiritualik ezean, jendea plazerrera jotzen du desio
sentsualen bidez; desio horiek frustrazioaren eta
atsekabearen haziak daramatzate barruan, eta, ondorioz,
haserrea, sentimendu samurrak eta pertzepzio altuagoak
suntsitzen dituena.

Beraz, haserrea ezabatzeko modurik ziurrena haren
kausa ezabatzea da: desira. Zenbat eta desira gehiago izan

pertsona batek, orduan eta handiagoa izango da bere frustrazioa, ezinezkoa baita desira horiek guztiak asetzea, irrika sentsualak aseezinak eta amaigabeak baitira. Zenbat eta gehiago ahalegindu desirak betetzeko edo plazer sentsualak bizitzeko, orduan eta atxikimendu handiagoa izango diegu. Eta zenbat eta atxikimendu handiagoa izan, orduan eta handiagoa izango da gure mina gure desirak asetzen dituzten gauzak gabe geratzean.

Adibidez, naturak gosearen sentsazioa txertatu digu, gure gorputzek janaria behar dutenean jakin dezagun. Baina atxikimenduak edo irrikak sentsazio hori areagotu eta estres psikologiko bihurtzen du. Hiru egunez etengabe gose eta baraurik bazaude —osasun arrazoiengatik edo bestela—, ziurrenik haserre sentituko zara. Bestalde, yogi batek hainbat egunez janaririk gabe egon daiteke janari faltak kezkatu gabe, gorputzeko desioetatik urruntzea praktikatu baitu.

Haserrearen iturria nahiak direla konturatzen garenean, jakin nahi dugu nola kudeatu modu eraikitzailean nahi horiei. Hainbat ikuspegi daude horretarako:

Lehenik eta behin, bete nahi horiek

Desira horiek kaltegabeak badira, ez dago ezer txarrik betetzean, eta gero pasatuko dira. Arazoa da desira horiek betetzeak berriak sor ditzakeela, edo ohitura errotu eta ahultzaile bihur daitezkeela. Zenbat eta gehiago elikatu desira horiek, orduan eta indartsuagoak bihurtzen dira. Beraz, zorrotza eta kritikoa izan behar da, itxuraz errugabeak diren desira batzuk betetzean ere.

Bigarrenik, desio horiek kendu

Desirak gainditzeko modurik eraginkorrenetako bat gogoan uko egitea da, eta hau naturala bihurtzen da

espiritualki kontzienteago bihurtzen garen heinean. Ikasketa eta praktika espiritualetan dihardutenek, adibidez, erretzeko gogoia galtzen dute. Desirak uztea arima azken desioa lortzeko nahikoa esnatzen denean dator: zoriontasun iraunkorra. Barruan poz espirituala bizi dugunean, gauza sentzualen desira ahuldu eta borondatearen gaineko heldulekua askatzen du.

Desira sendoak energia indartsu eta sortzaile bihurtzakegu, izugarri onuragarriak direnak. Askotan, desira bera ez da txarra; arazoa jendeak nola bilatzen duen datza. Zure baitan zoriontasuna nola aurkitu jakingo bazenu, zure desio guztiak beteko liratekeela ikusiko zenuke, gauza desberdinak probatu beharrik gabe horiek lortzeko.

Honek ez du esan nahi desiorik izan behar dugunik. Gizaki gisa, ezin dugu saihestu desioak izatea. Lurrean gauden bitartean, naturak jardutera bultzatzen gaitu. Erronka da haserreak ez gaitzala kontrolatzen uztea gure ekintzen emaitzak gure itxaropenak betetzen ez dituenean.

Meditazioa haserrearen edo beste edozein arazoren aurkako erremedio eraginkorra da. Hau da, meditazioak gure benetako izaerarekin harmonia osoan jartzen gaituelako, negatibotasun mota guztietatik libre, haserrea barne. Jainkoaren poza eta bakea gure baitan daude, eta modu egokian meditatzen dugunean, poza eta bakea lortzen ditugu, eta haserrea naturalki desagertzen da ondorioz. Hareazko masa batek olatu indartsuei eutsi ezin dien bezala, barne bakerik ez duen pertsona batek ere ezin die ekaitz intelektual bortitzei eutsi.

Baina diamante batek bere funtsezko izaera mantentzen du, olatuak alde guztietatik zenbat astintzen duten kontuan hartu gabe. Era berean, arima garbia duen pertsona batek, kristal garden bat bezala, distira egiten jarraitzen du

zailtasunak inguruan dituenen eta esperientziaren haizeak bortizki astintzen badu ere.

Zergatik uko egin zien kargu gorenei?

Istorio esanguratsu bat.

Irakasleak kontatu bezala. Paramhansa

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

Garai batean, gizon zintzo batzuk ermita lasai batean bizi ziren, basoaren mugan zegoen haran baten sorbaldan, non bakearen haizeak beti presente zeuden eta anai-arreben arteko maitasuna zen atsedenaldi bedeinkatu horren ezaugarria.

Puritatearen Anai horiek zuhaitzek ematen zituzten fruitu freskoez bizi ziren eta esku elkartuak erabiltzen zituzten mendiko iturburu ugari eta garbietatik zetorren ur bizia, distiratsua eta jariakorra bildu eta edateko.

Beren begiek diamanteak bezala distira egiten zuten eta txinparta egiten zuten, zeruko irribarreekin, poz eta gogobetetasunez beteta, eta poza bihotzetan finkatu zen, erosotasun iraunkorrez betez.

Hala eta guztiz ere, arima bedeinkatu horietako batek zoriontasun espiritualaz asebeteta zegoela sentitu zuen eta munduko aintza dastatu nahi zuen, une batez bada ere. Egun bakar batez errege izateko gogoak hartu zuen, beraz, anaiei agur esan eta Jainkoaren atarira joan zen errege-zoritasunaren bila.

Bidean, bihotz-bihotzez Jainkoari otoitz egin zion, esanez: «Jauna, Eskuzabala, otoitzak entzuten eta itxaropenak betetzen dituzuna, eskatzen dizut nire urratsak jauregi batera gidatzeko, non erregeek gozatzen duten zoriontasunaz gozatu ahal izango dudan egunen batean».

Bere erregua amaitu bezain laster, eraikin dotore baten gainean erori zitzaion begia, eta bere buruari esan zion: "Ai, Errukitsuaren ordua! Jainkoak nire ametsa bete du, eta nahi den zoriona nire eskuetan egongo da". Eraikin bikain hartarantz bizkortu zituen urratsak.

Ez zuen zaingaririk gelditu, beraz, ate nagusitik sartu zen oztoporik gabe, eta arrosa eta albahaka fresko eta goxoenez jositako lorategi oparoetan ibili zen inor ikusi gabe.

Gero, errege-jantokira joan zen eta mahaiak janari goxoenez beteta aurkitu zituen, bere zain. Hala ere, ez zuen han zerbitzari bakar bat ere ikusi. Bere buruari esan zion: "Zein eskuzabala zaren, Jauna! Jauregi bikain hau eta erregeentzako egokia den janari goxo hau eman didazu. Hau da eskatu nizun, eta nire nahia bete duzu, Eskuzabalen artean Eskuzabalena".

Errukitsuena bere bihotzaren nahia eman ziola sinetsita, zain zituen gozamenak hausnartzen hasi zen, bihotzean ziur Jainko Ahalguztidunak azkenean aspalditik itxaroten zuen errege-zoriontasuna eman ziola. Bazkaldu aurretik, errege-bainura joan zen, bainatu eta zetazko jantzi dotoreak jantzi zituen. Gero, mahai oparoan eseri eta eskaintza gozo eta bikainak irensten hasi zen.

Une hartan, jauregiko txoko batean jokoan ari ziren zerbitzariak sartu ziren, eta haserre eta asaldura handiz, galdekatu egin zioten, esanez: "Nor zara zu gure nagusi erregearen janaria jateko, zeina ehizara joan den eta edozein unetan itzultzea espero dugun?"

Hemen gure lagunak Jainko Ahalguztidunak proban ari zela pentsatu zuen, beraz, tonu gozoan esan zien: "Errege Handiaren laguna naiz, eta bere eskari eskuzabalari jarraituz etorri naiz hona, egun batez errege-zoriontasunaz gozatzera".

Bere lasaitasun eta autokonfiantza ezohikoa ikusita, zerbitzariak erregearen gonbidatutzat hartu zuten eta errege-bazkaria amaitzen utzi zioten. Ondoren, logelara eramane zuten atsedene hartzera, aipatu zuen "Errege Handia" ez zela ehizan zegoen lurreko monarka jakin gabe, baizik eta Jainko Jauna.

Bi ordu inguru igaro ondoren, heraldoa presaka etorri zen zerbitzariari jakinarazteko Bere Maiestatea berandu samar zegoela eta ordubete barru iritsiko zela, eta janari fresko eta goxoa zain edukitzeko agindu zien.

Zerbitzariak galdetu zuten: "Ez al zuen bere Maiestateak gonbidatu bat bidali bere janariak gozatzera eta bere ohean lo egitera?"

Erregearen ordezkariak berehala konturatu zen dervixe ibiltarietako bat gonbidatu gabe jauregira etorri zela, erregearen janaria jan zuela eta orain ohean zurrungaka ari zela. Aurrekaririk gabeko lotsagabekeria horrekin haserre, zerbitzariari makilak ekartzeko agindu zien, dervixe eskalearen gainean hautsi ahal izateko.

Esan beharrik ez dago, gure lagun maitea bere amets errealeetatik esnatu zela alde guztietatik errukirik gabe erortzen zitzaizkion makilen hotsarekin. Baina zerbitzariak etengabe jotzen eta iraintzen zutenek, barre algaraka lehertzen zen, eta horrek are gehiago haserretzen zituen, beraz, erasotzen jarraitu zuten konortea galdu arte. Gero, konortetik gabe, jauregiko ateetatik atera zuten arrastaka.

Gure dervixe laguna berandu itzuli zen bere anaiengana, beraz, bilatu egin zuten konortetik gabe eta jauregiko lurretan kanpoan etzanda aurkitu zuten arte. Beren ermita lasaira eramane zuten. Anaietako batek esnea ahoan sartu zionean, galdetu zionea konortea berreskuratu zuen ikusteko: "Badakizu nork ematen dizun esne hau?".

Hark erantzun zuen: "Bai, badakit. Egun bakar batez errege-zoriontasunaz gozatu nahi izateagatik gogor zigortu ninduen Jainko berak ematen dit esne hau orain".

Beste anaiek Jainkoari eskerrak eman zizkioten anaiaren segurtasunagatik eta Jainkoarengan zuen fede sendo eta irmoa miresten zuten, aintza eta oparotasun garaietan Jainkoa gurtzen dutenek ez bezala, eta larritasun eta atsekabe garaietan ukatzen dutenek ez bezala.

Bitartean, Bere Maiestatea bere jauregi bikainera itzuli zen eta janaria prestatzeko agindu zuen. Laburki haserretu zen bere janaria jatera ausartu zen eskalearen istorioa jakin zuenean, eta zerbitzariak makilekin errukigabe jotzen zuten bitartean barre egiteari utzi gabe.

Arrazoiren batengatik, erregea sakon hunkitu zuen istorioak, eta bere pentsamenduak jazarri zituen. Bere zerbitzariak agindu zien ausarta zen pobre hura aurkitu eta berarengana ekartzeko. Alde guztietan bila hasi ziren, baina alferrik. Jauregira itzultzean, etsipenez, dervixearen ermitaren ondotik pasa ziren eta barre algara ozen bat entzun zuten. Berehala ezagutu zuten haren barrea zela, beraz, zalditik jaitsi, ermita barrura sartu, gizon jatorra atxilotu eta agintariaren aurrera eraman zuten.

Erregea eta derbitxa elkarri begira jarri zirenean, derbitxak erregea baino ozenago barre egin zuen, bere poza bihotzaren hormen artean gorde ezin izan balu bezala. Erregeak bere barrea azaltzeko etengabeko eskaerak egin arren, derbitxak ez zuen erantzun, zigor gogorraren mehatxupean ere.

Jakin-minez, erregeak lausengua eta baretzea erabili zituen, tronua eskainiz, zerbitzariak jotzen zuten bitartean zergatik barre egiten zuen esaten bazion.

Orduan, derbitxak hitz egin zuen, esanez:

"Entzun esango dizudana eta ulertu ondo. Jainkoak gogor zigortu nau egun bakar batez errege-zoriontasun ilusorioa desiratu izanagatik. Barre egin nuen eta barre egiten ari naiz, bizirik atera nintzelako eta konturatu nintzelako errege-plazerrez ordu batzuez gozatzeagatik zigor hau guztia merezi izan banuen, zer gertatzen da munduan plazer eta gozamenez gain beste kezkarik ez dutenekin, batez ere errege-plazerrez! Agian honetan badago ikasgai eta abisu bat zuretzat, Aroaren Erregea, karmaren legea zain baitago eta zure patua bidean baitago".

Eskaini zenidan tronuari dagokionez, nire erantzuna hau da: Mila esker. Gorde zeuretzat, ez baitut behar, Jainkoarengan pozik eta nire bizitzarekin pozik nagoelako, eta ez dut nire poza asaldatuko eta nire bakea nahasiko lukeen ezeren beharrik.

Bakea izan bedi zurekin

Esatera eta sentimendu espiritualak
Shri Dayamatako hitzak dira B Ramhansa Yogananda
: irakasleari buruz

Oraindik gogoratzen dut nire irakasle maitearekin izan nuen lehen topaketa. Bihotz eskuzabal eta maitekorra zuen, ezen ezagutzen zuen oro lagun min bat bezala sentitzen baitzen, aspalditik elkar ezagutzen balute bezala. Ez zen zaila bihotza irekitzea lehen unetik bertatik. Irakasle hilezkorrak bere benetako esentzia espirituala agerian uzteko gaitasuna zuen. Maitasunaren, adiskidetasunaren, .asmo onen eta nahi onen benetako irudikapena zen

:Eta orain esatera zahar eta esatera zaharrei
Gerrak geldituko dira anai-arreben arteko maitasunaren
haziak jendearen bihotzetan errotzen direnean

*

Pertsona baten oraingo ekintzek zehaztuko dute
etorkizuneko bakea eta zoriontasuna edo etorkizuneko
miseria eta atsekabea, kausa-efektuaren legea ezin baita
.engainatu, nahiz eta alde batera utzi edo ahaztu

*

Erosotasun materiala benetako arrakastaren zati txiki
bat baino ez da, eta ez da beste batzuei kalte eginez lortu
.behar

*

Pertsona handiena beste guztiak baino gutxiago
sentitzen duen apala da. Benetako liderrak besteak entzuten
ditu, guztien zerbitzari dela sentitzen du eta ez du inor
.gutxiesten

*

Norbait irribarre distiratsu batekin agertzen denean,
iluntasuna desagertzen da. Horrelako pertsonak bihotza
.argitzen eta arima pozten duten poz izpiak zabaltzen dituzte

Saiatu zure bizitzako gauza eder guztiak gogoratzen eta
horietan zentratzen

Bizitza lur zakarrean lo dago, loreen edertasunaz amets
egiten du, animalengan indartsu esnatzen da eta
.gizakiarengan dagoen potentzial infinituaren kontzientzia du

Maitasuna arimaren abesti bat da, Jainkoari oihartzun
egiten diona eta abesten diona

Egunero, minuturo, orduro betikotasuna ikusteko leiho
bat da. Bizitza laburra da, baina jarraitua eta amaigabea.
Arima hilezkorra da, eta giza existentziaren kapitulu labur

honetan, betikotasunaren uztatik ahal duzuna bildu behar
.duzu

Gaur, erabaki dut ez uztea inoiz etsipenaren lokatzetan
berriro erortzen, ezta bete gabeko itxaropenetan edo amets
errealistetan pentsatzen ere. Mugatuta eta mugatuta
geratzen utzi beharrean, jakinduriaz jokatuko dut, jakinda
ikuspegi arrazional honek naturalki eramango nauela
.bilatzen dudan zoriontasunera

*

Jauna, eguzkiaren besarkada beroan zure presentzia
sentitzen dut, eta haize leunean zure bizitzaren arnasa
freskagarria sumatzen dut. Eskerrak ematen dizkizut, Jauna,
ahaztu zaitudanean ere nitaz gogoratzeagatik, eta oso
eskertuta nago zure bedeinkapen amaigabeengatik.
.Bedeinka nazazu zure oroitzapen etengabearekin bizitzeko

*

Badakit, Jauna, mundu honetan gauza asko daudela
zakarrak, ikaragarriak eta itsusiak diruditenak, baina
jakinduriaren barne-begiak agerian uzten duen sorkuntzaren
beste aldea oso ederra, ona eta maitagarria da. Horregatik,
beti saiatuko naiz jakinduriaren begiarekin begiratzen,
mundu honetako gabezien eta akatsen atzean ikusteko.
Edertasun guztiaren gainera nagusi den zure edertasun
.gorena

:Hitzetan dagoen izaera harmoniatsua

Autodiziplina Besteekiko maitasuna Animaliekiko
adeitasuna Ezaugarri onen maitasuna Bakearen eta
lasaitasunaren maitasuna Jende handiarekiko maitasuna
Pobre eta behartsuekiko errukia eta haiei laguntzea
Zintzotasuna Norberaren betebeharra maitasunez eta

errespetuz betetzea Zuzentasunaren eta erreformen
maitasuna Moralitate zentzua izatea eta zuzena dena egitea
Norbere buruarekiko errespetua Apaltasuna Leuntasuna
Leialtasuna Zalduneria Pazientzia Barkamena Arima handien
eta gogo argituen urratsei jarraitzea Zintasuna Jokabide
onak Adeitasuna Sinpletasuna eta argitasuna Oreka
Sentimendu espiritualak Pozik egotea Garbitasun fisikoaren
eta purutasun intelektualaren maitasuna Apaltasuna eta
harrokeria saihestea Ontasunaren maitasuna Bidezkitasuna
Eskertza Gauza sakratuekiko errespetua 623 MAM

*

Bizitza honen itzalen atzean Jainkoaren argi harrigarri
eta miragarria dago, eta unibertso osoa bere presentzia
.bedeinkatuaren tenplu zabala da

*

Jainkoaz sakon eta zintzo pentsatzen dugunean, sakonki
maite dugunean eta erabat fidatzen garenean, ate ugari
irekitzen zaizkigu aurrean. Eta haren argia ikusten dugunean
eta haren presentzia bizitzen dugunean, bizitzako gertaerak
zein izugarriak edo beldurgarriak izan arren, haren
presentzian sentitzen dugun bakea eta lasaitasuna lapurtu
.diezaguke

*

Bizitzan eta heriotzan, gaixotasunean eta gosetean, edo
pobrezian eta miserian, eta munduko asaldura, nahasmendu
.eta asalduran, beti hartuko dut babesa Zuregan, Jauna

*

Ekintzaile-izpirituaren aparteko kalitatea da pertsona
bat munduan bereizten duena eta zuzi sutsu bat bezala
distiratzen duena. Pertsona bikainak ematea, besteak
animatzea eta haiengan konfiantza txertatzea maite dutenak
.dira

*

Unibertso honetan ikusten ditugun mirari harrigarriek
Jainkoaren existentzia iradokitzen digute; Bere presentzia

sorkuntza guztiaren txoko guztietan agertzen da, eta hori
.bere gogo unibertsalaren emaitza da

*

Muino batetik jaisten den pertsona batek ez du
erresistentziarik aurkitzen, baina gorago igo nahi duen
bezain laster, erresistentzia handia du. Era berean,
gaizkiaren amildegira erortzen den pertsona batek ez du
erresistentziarik sentitzen alderantzikatu eta bertutearen
.muinora igotzen saiatu arte

*

Pertsona baten zoriontasuna handitzen da bere burua
hobetzeko ahalegina egiten jarraitzen badu, eta
zoriontasuna handitzen den heinean, ingurukoen
.zoriontasuna ere handitzen da

*

Gogoratu zalantza, ahultasun mentala, kezkak, apatia,
asperdura, beldurra, antsietatea, lotsa, nagitasun fisikoa eta
letargia intelektualak, edozer gauzatan gehiegikeria,
diziplinarik gabeko bizimodua, interes falta eta sormen
gaitasun falta faktore inhibitzaile negatiboak direla, energia
kosmikoa pertsona batengana erakartzea ezinezkoa egiten
dutenak, bere gorputza eta adimena bizi-indarrez
kargatzeko; aldiz, lan eraikitzaileko nahia, besteak
laguntzea, anbizio espiritual sortzailea, lasaitasuna,
ausardia, jarrera psikologiko menderaezin eta erresilientea,
tolerantzia, pazientzia eta bakea energia kosmikoa isuri eta
bizitzako egoerei aurre egiten lagun zaitzaketen kanalak
.direla

*

Bisitarietako batek Jainkoaz pentsatzea logikarik
gabekoa zela uste zuen, beraz, Paramahansa irakasleak
:erantzun zuen

Mundua ados dago zurekin, baina paradisia al da"
mundu hau? Benetako poza ez da Jainkoa abandonatzen
dutenentzat, Jainkoa bera baita poz handiena, eta haren
gurtzaileak barne-bakearen babesleku batean bizi baitira lur
honetan, ahazten dutenek, berriz, egunak eta gauak eurek
sortutako infernu batean igarotzen dituzte, beldurraren eta
etsipenaren suak erreta. Beraz, Jainkoarengan pentsatzea
eta harengana hurbiltzea zuzentasunaren funtsa eta
".logikaren espiritua da

*

Gizakiak Jainkoaren sorkuntzarik nobleenak dira,
adimenez eta pentsatzeko gaitasunez hornituak; beraz, ez
lukete denbora galdu behar. Jainkoak gizateriari borondate
askea eta aukeratzeko askatasuna eman dio, munduko
anbizio guztiak alde batera utzi eta Jainkoa maita dezaten,
.hark eman baitie dohain horiek

*

Bihotzean lagun on eta leialak erakartzen dituen iman
bat dago. Altruismoaren eta eskuzabaltasunaren iman bat
.da

*

Gure bihotzak aleak dira, eta jainkozko maitasuna da
elkarri lotzen eta elkarri hurbil mantentzen dituen haria,
.batasun eta harmonia koroa batean

*

Eskerrak eman diezazkiogun Jainkoari lur honetan jarri
gaituelako, gure etxe handia baita, eta bizi gaitezen pozik,
harmonian eta haren nahiarekin bat etorritz, gure etxea
.guretzat berak nahi duen bezalakoa izan dadin

*

Aldendu jendetzatik eta ezagutu zure indarguneak eta
potentziala. Ez utzi zure espiritua ahultzen, eta ez egin
jaramonik munduko iritzi negatiboiei. Jarraitu zure bidean
etenik gabe, Jainkoaren botere infinitua zurekin dagoela ziur,
.zure urratsak lagunduz eta gidatuz

Ikuspegi argituak dituztenek egiaren arrosak eta loreak
biltzen dituzte ezagutzaren lorategietatik eta arimak argitzen
eta edertzen lan egiten dute jakinduria unibertsalaren
paradisura sartzeko gaitzen dituzten ezaugarri noble eta
.finduekin

*

Ez ditugu besteak gorrotatu behar guregandik
desberdinak direlako, edo haien iritziak gureetatik
desberdinak direlako. Ezta gure usteak direla zuzenak diren
bakarrak azpimarratu ere. Hobe da elkarrekin eseri eta gure
iritziak eztabaidatzea adimen irekiarekin eta elkarrekiko
errespetuz, kontuan hartuta jende jakintsuak ez duela
liskarrean ibiltzen, baizik eta gauzak lasai eta arrazionalki
.aztertzen dituela

*

Asmo onak diamante garden baten antzekoak dira, eta
Jainkoaren argia distira egiten du eta gure bizitzetan zehar
.irradiatzen da

*

Jauna, eskatzen dizugu jainkozko maitasunarenugarra
gure bihotzetan pizteko eta gure arimak zu irrika izan
dezazun eta egunez eta gauez maita dezazun. Eman
iezaguzu zure maitasuna, zutaz pentsatzen dugunean, gure
bihotzak poz bete daitezen eta gure arimak zure presentziaz
.poztu daitezen

Iragan iluna erre nuen, etorkizunari buruzko kezka eta
antsietatearen haziak alde batera utzi nituen, eta beldur eta
.kezken errauts sakabanatuen gainetik ibili nintzen

Zure zoriontasun bankua

Gelditu une batez eta pentsatu! Ez al da hobe modu
?sinplean bizitzea eta benetan aberatsa izatea
Hainbeste lan egin duzun dirua gal daiteke zure bankua
porrot egiten badu. Baina zure erabaki irmoaren eta
irmotasunaren bankuan pilatu duzun zoriontasun espirituala
ezin da inoiz galdu; bere balioa handitu eta biderkatu
.besterik ez da egingo

Zure zoriontasun bankuaren kudeatzailea eta
inbertitzailea zara. Bi rol hauek ezin hobeto betetzen eta
zure zoriontasun gordailuak etengabe handitzen badakizu,
.orduan, Jainkoak nahi badu, porrota ezinezkoa da zuretzat

*

Isiltasunaren baretasunean, egia kontzientzian
distiratzten da, laino artean eguzkia distiratzten duen bezala

*

Pertsona batek aberastasuna bakarrik galtzen badu, ez
du ezer galtzen benetan, osasuna, trebetasuna eta
kudeaketa ona izan arren, zoriontsu izaten jarraitu eta diru
gehiago irabaz dezakeelako. Osasuna galtzen badu,
zoriontasunaren zatirik handiena galtzen du. Baina bizitzako
.helburua galtzen badu, merezi duen guztia galtzen du

*

Ez dut inor niretzat ezezagun gisa ikusten, eta pozik
nago denak maitatzeaz Jainkoak nire bihotzean jarri duen
maitasun guztiarekin, eta ezin dut inor baztertu nire
.maitasun zirkulutik

*

Zure gogoaz guztiz kontzentratu dezakezunean, zure
zentzumenak edozein lekutara sartzeko gai bihurtzen dira
.eta zure pertzepzioa energiaz kargatzen da

*

Pertsona batek bere burua eta bere familiako kideak
entrenatu beharko lituzke besteen inguruan ez txutxu-
mutxuka aritzeko edo haien akats eta akatsez ez hitz
egiteko, eta horren ordeztu, auto-hobekuntzan eta bere
.akatsak zuzentzean zentratu

*

Senar-emazteen, gurasoen eta seme-alaben, lagunena,
norberaren eta guztien arteko maitasun puru eta
baldintzagabearen garapena da lur honetara etorri garen
.ikasgaia

*

Badira minaren eta plazerraren lezioetatik ikasten ez
dutenak, damuz eta frustrazioz betetako bizitzak
daramatzatenak, ez baitituzte sufrimendua dakarten
ekintzak saihesten ezta zoriontasunerako bideak jarraitzen
ere. Oso gutxi dira, ezjakintasunaren suak erre ondoren,
zoritxarra eta miseria eragiten duten jokabideak
errepikatzeari uzten diotenak. Eta gero, badira plazerrak
erraz eramaten dituenak eta malenkoniak lotzen dituenak,
ikuspegi eta orekak ezaugarritutako egoera psikologiko
.egonkor bat behar dutenak

*

Barne zoriontasunik gabe, pertsona batek arazo eta
kezken bahitura aurkitzen du bere burua. Eta zoriontasuna -
lagunok - ez dago arrakastara eta aberastasunera bakarrik
mugatuta, benetako zoriontasuna bizitzako porrot, zailtasun
eta arazo guztiei arduraz eta baikortasunez aurre egitean
.oinarritzen baita, onerako

*

Osasun ona, eraginkortasun mentala, lan asegarria eta
jakinduria ezinbesteko elementuak dira zoriontasuna
lantzeko. Barne-pozaren ibaia bizitzako proben harkaitz
.gogorren azpian isurtzen jarraitu behar da

*

Bizitza eta heriotza existentziaren bi fase desberdin dira,
eta gizateria betiko bizitzaren parte da. Norberak gogoaren
bakea eta argitasuna aurkitzen duenean, norberaren
.esentzia espiritual mugagabea ukitzen du

*

Zure gaitasun naturalez gain, zure bidean dauden
oztopo guztiak gainditzeko eskuragarri dituzun kanpoko
baliabide guztiak erabiltzen badituzu, Jainkoak eman
.dizkizun botereak garatuz eta hobetuz egingo duzu hori

*

Jainkozko Babeslea, Guztiz Oraina, gerraren hodeiek gas
eta su euria bidaltzen dutenean, izan zaitez nire babesleku
.eta santutegi

Heriotzan eta bizitzan, gaixotasunean eta gosetean,
epidemietan eta hondamendietan, larritasunean eta
.zailtasunetan, beti bilatuko dut babesza Zuregan
Utzi konturatzen espiritu hilezkorra naizela,
haurtzaroaren, gaztaroaren, zahartzaroaren eta munduaren
.bat-bateko eztanden gorabeheren eraginik gabea

*

Egin zure ekarpena adiskidetasun iraunkorrek
.eraikitzeke benetako laguna izanda

*

Ametsen munduan, gure izenak, gure gorputzak, gure
nazionalitateak, gure ondasunak eta gure ahuleziak ahazten
ditugu, eta inkontzienteki askatasun handi batez gozatzen
dugu, hau da, arimaren askatasunaz. Sortzetiko askatasun
horren antzeko baina kontzientekiko kontzientzia bat garatu
.behar dugu

*

Espiritual betebeharrak pentsamendu fokatuarekin bete
behar dira, eta munduko betebeharrak arreta handiz. Oinak
lurrean sendo eduki behar dira eta burua ezjakintasunaren
hodeien gainetik altxatuta, jakinduriaren horizonte
.distiratsuetan

*

Jainkoaren argia eta babes-indarra etengabe distiratzen
eta isurtzen dira nire baitan, eta haren bakearen ukituak
.jakinduriaren begia ireki dit ariman

Araurik gabeko bizitzak bere jabea zorigaiztokotasunera
eta ezegonkortasun psikologikora eramaten du. Diziplina
moral eta printzipiorik gabeko bizitza bizi duen pertsona
antsietate eta kezka intelektualez betetako pertsona da,
autokontrola eta grina menderatzaileak ikasten dituenak,
.berriz, badaki benetako zoriontasunerako bidea

*

Nire bakardade espiritualean, nire irrikak areagotu
egiten dira, eta nire bihotzak Jainkozko Maitearen ahotsa
entzuteko irrika du. Nire oroimenaren tolesduretan
ezkutatuta dauden munduko ahots trinko guztiak uxatu
egingo ditut, nire arimaren lasaitasunean betiko abesten
.duen ahots sakratuena entzun ahal izateko

*

Nire maitasunaren eguzkia ez da inoiz zureganako
pentsamenduen horizontearen azpitik sartuko, ez dut nire
begirada zugana jaitsiko, ezta zu gogorarazten ez didanik
ezer egingo ere. Ezjakintasunetik eta ergelkeriatik sortutako
ekintzek amets ikaragarriak eta amesgaizto ikaragarriak
dakartzate, beraz, utz iezadazu lorpen nobleen amets
gozoak bakarrik ehuntzen, zure inspiraziotik eta zure
.gidaritzatik jaiotzen baitira

*

Ulermenik gabeko bizitza suizidio espirituala eta fisikoa
da. Zorionekoak ulermena dutenak, ulermena baita beharrik
handiena bide espiritualean eta bizitzako errepideetan.
Ulermena norberaren bidea argitzen duen eta arrakasta
ekartzen duen argi gidaria da. Bizitzako helburu gorena lortu
aurretik, funtsezko eta biziko kalitate hau izan behar du.

Ulermena egoera guztietan gidari-indar izan behar da. Aurre egiten diegun zailtasunak edozein direla ere, benetako .ulermena izan behar dugu

*

Jainkoak ez digu kalterik edo minik eragiten; aitzitik, gu gara geure buruari laguntzen edo kalte egiten diogunak gure ulermenaren eta ulermenaren bidez, edo gure gaizki- .ulertuaren eta ulermen ezaren bidez

*

Jainkoari otoitz egin behar diogu ulermena eman diezagun, ditugun zailtasunak edo aurkitzen ditugun egoerak .gorabehera. Ulermenak bakarrik babestuko gaitu

*

Nire esperientziak biziagoak eta larriagoak bihurtzen direnean, nire lehen saiakera neure baitan ulermena aurkitzea da. Ez ditut zirkunstantziak errudun jotzen edo besteak zuzentzen saiatzen; horren orde, barrura sartzen naiz eta nire gotorleku espiritualak garbitzen saiatzen naiz, barne-argi hori oztopatu, arimaren botereak agertzea eragotzi edo adieraztea eragotzi dezakeen edozer kenduz. .Hori da arrakastaz bizitzeko bidea

*

Arazoetatik ihes egitea irtenbiderik errazena dirudien arren, pertsona batek indarra hartzen du aurkari ikaragarri bati aurre egiten dionean. Zailtasunik ez dutenek ez dute .hazten, ezta beren erabakia indartzen ere

*

Beldurra desagertzen da ulermena dugunean; .ulermenean segurtasuna eta babesa daude

*

Bizitzan esperientzia askori aurre egin diet, eta gogorrenak gaizki ulertu ninduten pertsonekin izan dira.

Maite nituen pertsonak —nire bihotza eman nien pertsonak—
gaizki ulertu eta nire aurka jartzen ikusi ditut. Baina horrek
ez zidan mingostasuna sortu, mingostasunak ulermena
lainotzen baitu. Ez dut uzten besteen gaizki-ulertuek min
ematen. Horren ordeztu, laguntzen saiatzen naiz harrera ona
.badute eta asmo onak eta desio atseginak bidaltzen dizkiet

*

Nire poz handiena Jainkoaren mirariak nirekin bat
datozen eta nigan konfiantza dutenei hitz egitean datza, eta
deskribaezinak diren erosotasun, askatasun eta segurtasun
.eman didan jainkoazko argi horren irrika areagotzean

*

Bizitza honetan aurkitzen dituzun zailtasun guztiek
inspiratu eta ahalegin handiagoa egitera motibatu nahi
zaituzte, maila altuagoetara iristeko. Garatu zure
borondatea, zure egoerak kontrolatu ahal izateko, haiek zu
kontrolatzen utzi beharrean. Egin zure bizitzarako plan
sendoak, egin nahi dituzun gauza on guztiak lortzeko eta
.egin behar dituzula jakiteko

*

Mundu honi gehiegi lotuta daudenek Jainkoa ahazten
dute, eta horregatik galtzen dugu maite dugun guztia. Lege
unibertsalak gauza hauek kentzen dizkigu edo gure
bizitzetatik kentzen ditu, ez gu zigortzeko, baizik eta
Sortzailea baino gehiago sorkuntza maite dugun ikusteko
.proba gisa

*

Borondate ahula dutenek beti "bai" esaten dute, arima
.handiak, berriz, "ez" literarioz beteta daude

*

Gaur nire pentsatzeko gaitasuna aktibatuko dut,
sormenez, egin nahi ditudan ahalegin guztietan arrakasta
lortzeko, eta horrela, Jainkoak eman dizkidan botere guztiak
.behar bezala erabiliko ditut

*

Benetako zoriontasuna funtsean pertsona baten egoera
psikologikoan oinarritzen da. Poztasuna, gogobetetasuna,
.bakea eta lasaitasuna zoriontasunaren seinale dira
*

Osasun ona, adimen eraginkorra, bizitza eta lan egoki
baterako beharrezkoak diren gauzak, epaiketa ona eta
ulermen zuzena edukitzen ahalegindu behar da, eta ez da
utzi behar norberaren burua ingurune edo zirkunstantzia
.okerretan amore ematen
*

Gizakiek sarritan kokoiak ehuntzen dituzte beraiek
mugatzen dituztenak eta sokak lotzen dituzte. Muga horien
arrazoiak ulertu behar dituzte, kutsadura motela beren
gogoetatik eta gorputzetatik desagerrarazteko. Horrek
berritze psikologikoa ekarriko du, zoriontasunerako bidea
zabalduz, kontzientzia espiritualaren agerpena beren
bizitzaren horizontean, eta barneko indar biziaren esnatzea.
Kontzientzia ezjakintasunaren sakonetik ulermenaren eta
.ezagutzaren gailurretara igo behar da

*

Beldur bizia elikatzen duen pertsona batek saihestu nahi
duena erakartzen du, eta etengabeko beldurrak nerbioak
kaltetzen ditu eta gaixotasunak ekartzen dizkio gorputzari.
Indarrez, energiaz eta bizitasunez beteta zaudenean,
.gaixotasunak gorputzetik ihes egiten du

*

Baikortasunaren abestiaz gozatzen den arimak ez du
gustuko pesimismoaren ahots gogorrak entzutea, eta beti
esnatze espiritualaren izarrerantz zuzenduta dagoen
adimena sendo eta finkatu bihurtzen da, zalantzak edo
.zalantzak ezagutzen ez dituen

*

Pentsakor begiratu nion lore bati, eta berehala ikusi
zintudan, unibertsoaren espiritua. Zure presentziaren
usainaz blai zegoen, bere petaloak xalotasunaren
gorritasunaz tindatuta zeuden, eta zure jakinduriaren
urrezko argia distiratzten zuen bere bihotzean. Zurtoin liraina
eta kimu berdea zure botereak eusten zituen, eta bizitzaren
eta betikotasunaren sekretuak polen hautsean lo zeuden.
Zure ukitu infinituak erlea inspiratu zuen, eta zure
.gozotasunaren nektarra zurrupatzen hasi zen

*

Erakutsi sorkuntzaren mirariak, zure sekretu
amaigabeak, errepide bazterreko belar hosto finenen artean
.ezkutatuta daudenak

*

Aita eta ama guztiek aitatasunaren jakinduria eta
lasaitasuna eta amatasunaren leuntasuna eta samurtasuna
izan behar dituzte, eta bi ezaugarri hauek orekatuak eta
.osagarriak izan behar dira bakoitzean

*

Poztasun eta baikortasun izarrak barreiatuko ditut
arimetatik tristura uxatzeko, eta enpatiazko parte-
hartzearen izpiak zabalduko ditut doluan daudenak
.kontsolatzeko

*

Gaur hemen gaude, eta bihar hodeiak bezala jaitsiko
gara —amets kosmikoko itzal hutsak—. Baina irudi iheskor
eta efimero honen atzean betiereko espiritua dago, eta gure
.arimak haren zati banaezina dira

*

Jainkoa da egia bakarra Bizitzako zailtasunek ez dezaten
oztopatu Haren oroitzapena Horrela otoitz egiten dudanean,
beste edozein unetan baino emaitza hobeak lortzen ditut
Orduan, zerbait larria gertatzen bada ere, ezin dit eragotzi
Harengan pentsatzea; aitzitik, seguru eta babestuta
sentitzen naiz Haren presentzia santuan

*

Hemen bizitza antzua eta kaotikoa dirudi
segurtasunaren kostaldera iritsi arte. Horregatik esaten dut
beti hemen nagoela egiaren garrantziaren eta aintzaren
lekuko izateko. Ez ditugu gure itxaropenak munduko helburu
iheskorretan eta atxikimendu material hauskorretan jarri
behar. Lotura hauskor horiek inkontzienteki urruntzen
gaituzte gure helburu gorenetik, gure benetako nitik
.urruntzen gaituzten bezala

*

Ingurumenak ilusioak sortzen ditu jendearengan eta
handi egiten ditu haien begietan. Aspirante serioak
ingurumen-kontzientzia aldi baterako eta iheskor horren
gainetik igo eta bere baitako egia aitortu behar du, egia hori
bere ingurune naturala eta bere bizitzako eragin bakarra
.izan dadin

Jainkoari eskatzen diogu gidaritza eman diezagun eta
Harengana eraman gaitzan, eta mundu hau utzi aurretik
aurkitzen laguntzeko. Edozein dela ere ditugun zailtasunak
eta jasaten dugun mina, ez dugu inoiz galdu behar
Jainkoaren laguntza gertu dagoelako itxaropena, irrikaz
betetako bihotzeko otoitz guztiei erantzuten diela eta ez
dituela bere maiteak abandonatuko edo patuaren menpe
.utziko

*

Aberastasunak ez du zertan osasuna, lasaitasuna edo
produktibitatea bermatu. Hala ere, eraginkortasuna eta
bakea lortzen ditugunean, finantza-arrakasta orekatua
.lortuko dugu ondorioz

*

Zure baitan pentsamendu finduen lorategi zoragarri eta
harrigarri bat dago, maitasunaren, adeitasunaren,
ulermenaren eta bakearen usainaz lurrintsua. Bere loreak

lurreko loreak eta belar materialak baino askoz ederragoak
.dira

*

Zure maitasun hutsa ematen duzunean, arrosa
usaintsua landatu duzu, eta maitasun horren usaina eta
ulermen horren usaina lurreko edozein lore baino gehiago
!irauten du eta hori da egia

*

Pertsona batek ez luke beldurrik izan behar beldurra
bera baino, arrakastaren eta osasunaren etsai handiena
baita. Burua pozoitzen du, beldur diren gauzak azaleratzen
ditu, mina areagotzen du, bihotza kaltetzen du eta nerbio-
sistema eta garuna kaltetzen ditu. Beraz, Jainkoarenganako
fedearen, pentsamendu positibo eta sortzailearen,
baikortasunaren, itxaropenaren eta jainkozko babesean
konfiantzaren bidez gainditu behar da. Jainkoa maite
dutenak eta haren argitan dabiltzanak ezin dira beldurraren
iluntasunak gainditu, Jainkoa haiekin baitago, eta Jainkoa
.berarekin duena seguru dago

*

Oporrak ederragoak eta espiritualagoak bihurtzen dira
maitasunaren, bakearen, pozaren, tolerantziaren eta desio
.onen opari espiritualak trukatzuz

*

Gure bihotzak Jainkoarengana itzultzen ditugunean eta
maitasun eta irrika handiz erregutzen diogunean, gertu eta
barkatzeko eta emateko azkar aurkituko dugu, horrela
eginez gero, bere bihotz unibertsal errukitsua eta bere
.jainkozko maitasun baldintzagabea ukitzen ditugulako

*

Benetako bizitza jatea, lan egitea eta lo egitea baino
gehiago da, beraz, arrazoimenaren dohaina erabiliko dut
Jainkoa bilatu eta aurkitzeko, eta nire salbazioaren alde lan
.egingo dut gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzuz

*

Jende asko etorri da lurrera eta alde egin du, baina oraindik ere hemen bizitzea erreala dela uste dugu, betiko hemen geratuko bagina bezala. Jakintsua Jainkoa etengabe gogoratzen duena da, izan ere, etengabeko kontenplazioa da jaiotza eta heriotzaren amets lurtar honetatik askatzeko .bidea

*

Jainkoak gure baitan botere eta energia onak jarri ditu gure bidean dauden oztopo guztiak eta aurrean ditugun probak gainditzeko, eta botere garaiezin eta energia .agortezin horiek ateratzeko lan egin behar dugu

*

Badaude inoiz aldatzen ez diren pertsonak; ohitura eta pentsamolde berdinei helduta zahartzen dira. Hauek erlikia psikologikoak dei daitezke. Erlikia horietako batzuk izaera espiritualekoak dira, pertsonak bizitza ideal eta baketsuak bizi dituzte, baina ez dute beren ulermena garatzen edo beren ikuspegia zabaltzen lan egiten, geldirik geratzen dira. Ez dute belaunaldi gazteen beharrak, ilusioa eta interesak ulertzeko gaitasunik. Hori onargarria izan daiteke neurri batean, baina belaunaldi berria ikuspegirik gabe gaitzesten eta kritikatzten dutenean, intelektualki zurrun bihurtzen dira. Bestalde, gazte askok akatsak egiten dituzte, adinekoen iritziak errespetatzen ez dituztelako edo haien aholkuak entzuten ez dituztelako. Uste dute adineko pertsonak zaharkituta daudela eta, beraz, ez dagoela haiei entzun edo haien aholkuak jarraitu beharrik, haien ideiak zaharkituak eta zaharkituak direlako. Modernoak izateko duten gazte-gogoan, ahalik eta arau zahar gehien hausten dituzte. Baina gogoratu behar dute adinekoek pisua eta balioa dutela; urteak bizi izan dituzte eta asko ikusi eta ikasi dute. Belaunaldi zaharreko eta berriko kideek elkarrengandik ikasteko ahalegina egin beharko lukete, bai artefaktu .zaharrek bai berriek abantailak eta onurak baitituzte

*

Ez dago gure Sortzailea gurekin dagoela jakitea baino proba handiagorik. Bere presentzia espero eta bera irrikatu behar dugu, zeren eta modu guztietan zaintzen gaitu.

Arazoak edozein direla ere, atsekabeak, minak edo gaixotasunak handiak izan arren, bilatu dezagun erosotasuna eta lasaitasuna Jainkoarengandik, eta eska diezaiogun jakinduria eta gidaritza. Berak erantzungo digu, beragan konfiantza dugun bitartean, maite dugun bitartean .eta bere laguntza bilatzen dugun bitartean

*

Maitasuna lili loratuen usaina eta naturaren edertasuna ospatzen duten arrosen koru isila da. Maitasuna arimaren abestia da, bizitzari egindako ereserkia, eta planeten dantza erritmiko eta orekatua espazioaren zabaltasunean zehar egiten duten etengabeko bidaian. Loreen egarria da eguzki izpiak edateko, bizitzaren elixirrak loratzeko eta asetzeko. Lurraren irrika da sustrai ihartuak bere esnearekin elikatzeke eta bizitza guztia bere izerdiarekin zaintzeko. Eguzkiaren borondate ahaltsua da izaki guztiak bizirik eta bizirik mantentzeko, eta bizitzaren bulkada da ahulenak babesteko eta zaintzeko. Errugabetasunaren irribarrea da gurasoen samurtasuna pizten duena haurrarekiko eta maitaleen bihotzetan berezko men egitea, zerbitzua eta kontsolamendua eskaintzeko, itzulerarik gabe. Adiskidetasunaren taupadak da bihotz hautsiak sendatzen eta zauriak sendatzen dituen. Deskribapenari aurre egiten dion bihotzaren negarra da. Gizateriarekiko maitasunez gainezka dagoen poeta da, bere sufrimenduak minduta. Familia bereko kideen arteko intimitate zirkulu etengabe zabaltzen ari da, espazio zabalagoetara eta horizonte zabalagoetara hazten ari dena. Bizitzaren xuxurla da erreinuetan. gogo irekiak eta emozio nobleen izarrez jositako bihotzen zeruak. Maitasuna arimaren zoriona da, arima .maitekorrek lortu eta harekin konektatu nahi dutena

*

Egon zaitez gurekin, Jauna, eta lagundu iezaguzu gure
betebeharrak betetzen eta bihotza freskatzen eta ariman
bakea eta itxaropena sortzen duen zure presentzia
.bedeinkatua sentitzen

Zure bizitzako autoa gidatzen duzun bitartean
autokontrolaren balaztak erabiltzen ez badituzu, egotik
datozen emozio kontrolaezin eta desio okerren menpe
egongo zara. Beharrezkoa denean balaztak erabiltzeko gai
izan behar duzu, arduragabetasunez jokatzeari, bide onetik
irtetea eta min eta sufrimendu zulo batean erortzea
saihesteko Sup24

Hitzak gaizki erabiltzea arma hilgarri eta
suntsitzaileenetako bat da. Haserrearen kausa nagusietako
bat hizkera zakarra eta mingarria da. Saihestu behar dira
txutxu-mutxuak eta txutxu-mutxu hutsak, eztabaidak eta
.gatazkak urrundu, eta joera oldarkorrak kendu

*

Senar-emazteak haserretu eta bestea probokatzen
badu, ekintza onena besteak alde egitea eta egoera baretu
arte ez erantzutea da. Bietako batek hitz mingarriak esaten
baditu, hobe da besteak berdinean ez erantzutea, baizik eta
lasai egotea umorea baretu arte. Emazteak senarrari oihu
egiten badio eta hark oihu ozen batekin erantzuten badio,
senarrak bi aldiz sufrituko du: lehenik senarrak hitz
mingarriengatik eta gero bere erantzun gogorragatik, azken
finean, lehenik eta behin bere buruari kalte eginez. Horrek
dibortzioa edo beste ondorio desatsegin batzuk ekar ditzake.
Garrantzitsua da, halaber, burugogorkeria saihestea edo
bestea gutxiespenez tratatzea. Aldi berean, eztabaida eta
liskarretan parte hartzea saihestu behar da, eta, horren
ordez, lasaitasuna eta barne bakea berreskuratu arte
.itxaron

*

Ez utzi inork zure bakea lapurtzen, eta ez lapurtu besteen bakea ahozko (edo idatzizko) iraineekin. Haserrearen edo unearen beroaren ondorioz, norbaitek desegokia den zerbait esan dezake, inoiz asmorik ez zuen zerbait, eta gero damutu, beste pertsonak hitz horiek hogeitaz gogoratuko dituen bitartean. Zentzu honetan, memoria gauza txarra da.

Memoriaren indarra bedeinkapena da behar bezala erabiltzen bada, baina kaltegarria da guri egindako gauza .txarren biltegi gisa erabiltzen bada

Jainkoarengan esnatzen garenean, konturatuko gara giza bizitza zinema-pantaila kosmikoan proiektatzen diren .itzal eta argi sorta bat besterik ez dela

Gure zentzumenean sentitu eta hauteman ditzaketen gauzak hautematera ohituta gaude, eta gehienetan gure inguruko indar sotilen kontzientziarik gabe geratzen gara. Hala ere, dugun pentsamendu bakoitzak bibrazio sotil jakin bat sortzen du. Horregatik, pertsona batek ezin die bere benetako izaera besteei ezkutatu. Akats bat egin badu, sakonean badaki, ezkutatu ari dela uste badu ere, gaizki egitearen sentimendua pentsamenduetan baitago, eta besteek jakingo dute, pentsamendu horien bibrazioak modu batera edo bestera agertuko baitira haien ekintzen bidez. Hori egintza eta pentsamendu onei ere aplikatzen zaie. Jainkoagan pentsatzen dugunean eta bere izena ahoskatzen dugunean —ozen, xuxurlatuz edo isilunean— bibrazio espiritual bat askatzen dugu eterrera, eta horrek bere .presentzia bedeinkatua deitzen du

*

Jauna, zure maitasunaren izpiak berdin distira egiten dute zure familia kosmikoaren kide guztiengan. Gizateria da erruduna bere pentsamendu akastunaren ondorioz opako,

argiarekiko iragazgaitz bihurtzeagatik. Zure botereak nire
izatea zeharka dezala eta mundu honetako lurrin lodi eta
ilunak uxatu, zure irudi garbi eta distiratsu islatzen duen
.ispilu garbi eta leundu bihur nadin

*

Maitasuna benetakoa izan behar da, eta bihotzetik
datorrenean, benetakoa da

*

Jainkozko argira jotzen baduzu, zure bidea argitu eta
erraztu dezakeen jainkozko botere bat aurkituko duzu, eta
osasuna, zoriontasuna, bakea, askatasuna eta arrakasta
.emango dizu

*

Dirua irabaztea zaila bada, oreka psikologikoa lortzea
are zailagoa da. Pertsona batek jatorra eta lasaia izan behar
.du bere hizkeran, pentsamenduetan eta ekintza fisikoetan

Jendeak bi izaera ditu: etxeko izaera eta ile-
apaindegia izaera. Etxean lasai hartzen dugu eta gure
benetako izaera sentitzen dugu, baina askotan nahiago dugu
naturaltasunez jokatzeko saihestu izana, portaeraren bidez
adierazi behar ez ziren gauza itsusiak agerian uzten
.baititugu, batez ere ingurukoei kalte egiten badiete

Ile-apaindegia izaera mentalitatea hartzen dugu dotore
jantzita ateratzen garenean, irribarre zabalekin, gure
pentsamenduak eta sentimenduak barruan biraka
dabiltzanean. Etxean, esaten dugu: "Haserre nago
halakoarekin eta ezin dut jasan hura ikustea", baina
pertsona berarekin topo egiten dugunean, honela agurtzen
dugu: "Kaixo! Zer moduz?". Bateriaezintasun eta emozio
osasungaitzen korrante kontrajarri hauek nerbio-sistemari
.eta gorputzeko beste atal batzuei eragiten diete

*

Ai ene Jainko maitea
Ikusi dut zure zabalera infinitua lasaitasunaren
horizonteetan
Eta zure poz freskagarria dastatu nuen nire izatearen
sakonean
Eta zure ahotsaren oihartzuna entzun nuen nire
kontzientzia esnaan
Eta zure xuxurla entzun nion nire pertzepzio espiritualei

*

Jauna, eraldatu itsusi eta berekoiaeren gutiziazko
deabruak aingeru handi eta handietan, ezjakintasun
mingarria jakinduria bedeinkatuan, eta alferkeria hutsa
.lorpen espiritual distiratsuen urre finduan

*

Jauna, egin gaitzazu garbi, eraldatu gure ahultasuna eta
ekintzarik eza sutu eta erabakitasun bihurtu, eta gure
.pentsamendu okerrak egiaren ulermen bihurtu
Zer da maitasuna?

Maitasuna lili loratuen usaina da

Eta arrosa isilen korua

Naturaren edertasuna ospatzen

Maitasuna bizitzarentzat abesten duen arimaren abestia
da

Eta planeten dantza erritmiko orekatua

Bere etengabeko bidaian espazio sakonean

Loreen egarria da eguzki-argia zurrupatzeko

Eta loratzen eta bizitzaren elixirrak elikatzen du

Lurraren irrika da

Sustrai egarrituak bere esnearekin elikatzeko
Eta bizitza mota guztiak bizitzaren esentziarekin elikatuz
Eguzkiaren nahi handia da
Izaki bizidun guztiak bizirik eta aktibo mantentzeko
Bizitzaren motorra da
Adingabeei babesa eta zaintza emateko
Aita maitasuna pizten duen xalotasunaren irribarrea da
haurtxoaren gainean
Eta maitaleen bihotzetan dagoen menpekotasun
automatikoa
Doako zerbitzua eta doluminak eskaintzea
Adiskidetasunaren taupadak dira.
Bihotz hautsiak sendatzen eta zauriak sendatzen
dituena
Deskribapenari aurre egiten dion bihotzerako dei bat da
Gizateriarekiko maitasunez gainezka dagoen poeta da
Bere miseria pairatzen duena
Familia bereko kideen arteko intimitate zirkulua da
Espazio handiagoetarantz etengabe hedatzen eta
zabaltzen
Eta eremu zabalagoak
Bizitzaren xuxurla da
Adimen irekien horizonteetan
Eta bihotzen zerua sentimendu nobleen izarrez josita

Maitasuna arimaren zoriona da

Arima maitekorren nahia

Eta harengana iritsi eta harekin komunikatu nahi du

Bizitza ikusi nuen.

Muino berdeen eta haran belartsuen artean ibiltzen
nintzen bitartean

Zuhaitzen eta loreen artean mugitzen

Bizitza jolasten eta ondo pasatzen ikusi nuen

Bere urrezko izpiak ikusi nituen eguzkiaren diskoan

Eta hodeien sastraketan desagertzen ikusi nuen

Entzun nion barre egiten erreka alaietan

Eta malkoak isurtzen ditu eskuzabal euri tantetatik

Zuhaitzen adarretan kulunkatzen ikusi nuen

Eta margaritak pozik dantzan

Txorien txioetan eta urretxindorren txioetan oihartzuna
entzun nuen

Bere itzalak maldak inguratzen ikusi nituen

Bere ihintzak arrosen bihotzak bustitzen ditu eta haien
masailak musukatzen ditu

Belar ihinztatua bere oinetan itsatsita ikusi nuen

Zelaiko belarrak ihinztatzen ikusi nuen bezala

Maitasun tantekin, freskotasuna eta edertasuna
handitzen ditu

Goizeko haizeak eramandako bere arnas usaintsua
sumatu nuen

Bere bakea sentitu nuen eta bere eskuak
bedeinkapenak barreiatzen ikusi nituen

Haran eta txoko guztietan

Zein zoragarria den bizitza!

Eta zein gozoa den berarekin ibiltzea

Eskuz esku

Bere bide bedeinkatuetan!

Bakea izan bedi zurekin

Izaki ezezaguna edo subkontzienteko jenioa

Bidean aurrera egin ahala eta gure ulermen espirituala sakondu ahala, barne-oposizio indartsu bati aurre egiten ari garela sentitzen dugu. Baina sentimendu hau ilusio bat besterik ez da; kontrakoa da egia. Gure baitan dagoen "izaki ezezagun" horren izaera arraro, nahasgarri eta kapritxosoa gure giza kontzientziaren ulermenetik kanpo dauden eremuetatik ateratako elementu deskribaezinekin elikatzen dela dirudi.

Izaki hau leku ikusezin batean bizi dela dirudi, eta beste planeta bateko pertsona batekin konpara daiteke, gure

gonbidatua dena, nahiz eta berarekin inolako loturarik ez izan interes, ideia, ohitura, anbizio eta urruneko asmoei dagokienez.

Izaki ezezagun honek gureak baino askoz handiagoak eta zehatzagoak diren bizitza osteko ideiak dituela dirudi. Badirudi gure lurreko existentziaren premia larrien eta behar praktikoen ulermen ahula duela.

Badirudi gure lagun ezezagunak ez gaituela kontuan hartzen, unibertsoaren misterioetan murgilduta, zalantzarik gabe. Eta gutaz gogoratzen denean eta atsegin eman nahi digunean, mugimendu arraro eta ia logikoa ez den bat sortzen du, oreka galtzen, gure oreka hausten eta nahasita uzten gaituena.

Askotan uste dugu entitate ezezagun honek guregana iseka egiten eta gure gaitasunak barregarri uzten dituela, gure adimenarekin jolasten ariko balitz bezala, gure sentimenduekiko edo gure egoerekiko enpatiarik gabe. Batzuetan, gogaitu eta amorratu egiten gaituela dirudi, esker oneko mesede edo onura ukigarririk eskaini gabe.

Izaki honek mota guztietako mirariak eta mirariak egiteko gai dela dirudi, baina gure baitan egon arren, zaila egiten zaigu berarekin komunikatzea eta bere gaitasun mugagabeez eta botere gainnaturallez baliatzea.

Izaki ezkutu hau zeruko eta lurreko sekretuetarako sarbidea eman zaion haur hondatu batekin konpara daiteke. Sekretu horiek erabiltzen ditu eta botere horiek kontrolatzen ditu nahi duen moduan, mugarik edo erantzukizunik gabe.

Dena dakiela dirudi, baina ez daki ezagutza hori behar bezala erabiltzen. Eskuak altxorrez beteta ditu, eta horiek xahutzen eta alferrik galtzen ditu norabide eta une okerrean.

Egarriei ogia eta gosetuei ura ematen ikusten dugu (eta hortzik gabekoei gozokiak ematen)

Esker txarrekoiei opariak ematen dizkie eta eskaleei opariak kentzen dizkie

Ihes egiten diotenei jarraitzen die eta berarekin topo egiteko irrikaz daudenei ihes egiten die

Zein da batzuetan pertsona bat haize eta mamuen aurka lasterka doan energia arraro eta miragarri batez kargatzen duen indar ezkutu hori?

Zein da bibrazio eta energia maila igotzen eta jaisten duen indarra, pertsona bati goiz hotz batean gela bero batetik irtetean eta alderantziz tenperatura orekatzen laguntzeko?

Izaki ezezagun horrek hain trebetasun aparteko batekin funtzionatzen du, ezen inoiz kimikari bikainari edo ingeniari zorrotzari bururatuko ez litzaiokeen.

Posible al da halako indar biltzea lur honetan bizitza labur honetan?

Ez, lagunok, milioika urte behar izan zituen "ezezagun" horrek bost zentzumenei egozten diegun gorputz-mekanismo hau hobetzeko. Adibidez, ezinezkoa da kontzienteak jakitea zehazki zenbat azukre sartu behar den odolera. Kopuru hori baxuegia edo altuegia balitz, emaitzak negargarriak izango lirateke.

Aurrez aurre gaude botere bati buruz oso gutxi dakiguna, eta ezagutu beharko genuke. Horretarako modurik onena orain arte ikasi duguna zalantzan jartzea eta irakasle handiaren moduan prestatzea da, esan zuenean: "Haur txikien antzeko bihurtzen ez bazarete, ez zarete Jainkoaren erreinuan sartuko".

Beste era batera esanda, pertsona batek haurraren sinpletasuna, garbitasuna eta fedea onartzen ez baditu, ezingo du aurrerapen espiritual esanguratsurik egin.

Meditazio zientifikoa da, agian, barne-ahalmen ezkutu hori ezagutzeko modurik errazena, baina jende gehienak ez du meditatzeke motibaziorik eta nahiago du ezagutza hori bere erara lortzea, edo isiltasunean eserita besterik gabe, nahiz eta haien pentsamenduak norabide guztietan zurrumbilo baten moduan dabiltsan. Batzuek esango lukete: "Ezagutza hori etorkizuneko enkarnazioetan lortu behar dut, eta ez dut presarik. Nire subkontzienteak egunen batean esna nazake, baina ez dago ahalegin kontzienterik egin beharrik hori lortzeko".

Ez du axola zenbat urte ditugun, zenbat aldiz huts egin dugun bizitzan, edo zer pentsatzen duten besteek gutaz. Ez du axola zer gene ditugun edo zer egoeratan bizi garen. Hori guztia ez zaio axola gure baitan bizi den gonbidatu ezkutuari. Nahi duen guztia gure gorputzak, gure energiak, gure adimenak eta gure kontzientzia erabiltzen uztea da, eta gure bizitzako alderdi guztien kontrola berari uztea. Hau da egin behar duguna zain ditugun gailurretara iritsi nahi badugu.

Gure bizitzako gertakariak hausnartzen ditugunean, ez al da egia konturatzen garela indar ezkutu batek gidatu eta arrisku askotatik libratu gaituela? Baina arriskua bakean igarotzen den bezain laster, zein azkar ahazten dugun indar hori!

Botere horrek ez gaitu inoiz utzi eta ez gaitu inoiz utziko. Eta behar dugunean, beti dago laguntzeko, irakasle handiak esan zuen bezala: "Zuekin nago munduaren amaierara arte".

Belaunaldiz belaunaldi gizon-emakume handien biografiak irakurtzen baditugu, ohartzen gara gertakari guztietan, txikia izan arren, eta erabilitako metodoa edozein dela ere, otoitz sutsuaren edo baieztapen sakonaren bidez, emaitza beti berdina izan zela.

Gure baitan preso dagoen erraldoi hau etengabeko mugimenduan dago, behin betiko askatzeko ahaleginetan. Noiz askatuko diogu kontzienteki eta askatasunera eta garaipenera jarraituko diogu?

Has gaitezen orain eta eman diezaiogun aukera barneko erraldoiari, eta ikusiko dugu zein gozoa izango den bizitza eta nola distira egingo duen pozaren eta garaipenaren argiekin, Jainkoaren laguntzarekin.

Bakea izan bedi zurekin

Indiako eszenak eta ikuspegi bat

India munduaren mikrokosmos bat da alde guztietatik. Mota guztietako giroak, klimak, erlijioak, negozioak, arteak, herriak, paisaiak, hizkuntzak eta kulturak dituen herrialdea da.

Indiako zibilizazioa milaka urtekoa da, eta bere agintariek, jakintsuek eta gidek Indian eta Sindh-en zibilizazio ariarren existentzia eta benetakotasuna frogatzen duten erregistroak utzi dituzte.

Europako turista askok India bisitatzen dute eta magoak, ezpata-erabiltzaileak eta suge-sorgintzaileak ikusten dituzte kaleetan, Indiak eskaintzen duen onena dela

sinetsita, baina konturatu gabe irudi horiek ez dutela Indiaren benetako funtsa ordezkatzeko. Indiaren benetako bizitza eta bizitasuna bere kultura espiritualetan datza, antzinatek erlijio eta sinesmenen nahasketa bihurtu baitu.

Egia da Mendebaldeak Indiari praktika, metodo eta printzipio sendo asko irakatsi diezazkiokeela merkataritzari, eta baliabide naturalen eta giza baliabideen garapenari buruz. Eta egia da Indiak Henry Ford eta Thomas Edison bezalako lider ikusleak behar dituela. Baina Mendebaldeko mundua ere kontzienteki edo inkontzienteki egarria da India historian zehar espezializatu den ikasgai praktikoa eta espiritualen bila.

Zientziak hainbeste aurreratu du Mendebaldeko hirietan, hain azkar ezen jendearen behar materialak — aterpea, janaria eta arropa— erraz eskura ditzakeen. Hala ere, erosotasun fisikoa eta materiala ez da nahikoa erosotasun psikologikorik, bakerik eta kontsolamendu espiritualik gabe.

Indiako ondare handiena eta aberatsena mendeetan zehar Indiako jakintsu espiritual ikuskari eta argituek aurkitutako metodo eta bide espiritualetan datza. Ondare honek gizateriaren kultura espiritual eta zientifikoan lagundu du eta laguntzen jarraitzen du.

India sekretuen lurraldea da, baina sekretu hauek bihotzak irekitzen dizkiete haiekin sinpatia dutenei bakarrik, egia zintzo eta zintzo bilatzen dutenei.

Indiak munduko mendirik altuenak eta ederrenak ditu: Himalaia. Indiako iparraldeko Darjeeling Indiako Suitza deitzen zaio, edertasun natural liluragarria duelako. Delhin gaztelu, gotorleku eta printze-jauregi paregabeen hondakin zaharrak ere baditu, baita Ganges ibaia eta Himalaiako goi-

ordokiak ere, kobazuloekin eta jainkozko argi eta jakindurian hausnarketarako eta hausnarketarako atsedenlekuekin.

Indiako Agra hiriak munduko mirarietako bat dauka, Taj Mahal, arkitektura-artearen gailurra eta gizateriaren amets ederrenetakoa, marmol leunduan eta alabastro bikainetan gorpuztua, giza maitasuna hilezko bihurtuz.

Indiak baso ilunak eta oihan trinkoak ere baditu, non tigreak eta lehoiak ibiltzen diren. Indiak zeru urdina ere badu, ilunabarrean are ederragoa eta ikusgarriago bihurtzen dena, eguzki izpiak laranja sugar bihurtzen direnean.

Indiak ekialdeko fruta eta barazki barietate eta kolore ugari ditu, eta jende arraza asko, eta horiek guztiek India nahasketa harrigarri, zoragarri eta ahaztezin bihurtzen dute.

India kontraste handiko lurraldea da, non aberastasun lizuna pobrezia gorriaren ondoan dagoen, eta non garbitasun intelektualaren gailurra eguneroko bizitza gogor batekin batera bizi den. Indian, Rolls-Royceak eta idi-gurdiak aurkituko dituzu, elefanteak apaindutako lihoetan eta zaldi-gurdi bikainak aurkituko dituzun bezala.

Indiako iparraldean begi urdinak eta ile horiak dituzten pertsonak aurkitzen ditugu, hegoaldeko beroagoetan, berriz, eguzki tropikalaren beroak beltzarana duen azal iluna ikusten dugu.

Hasieratik amaierara, India benetan sorpresa eta kontraesanen lurraldea da. Bizitza monotonoa bihurtzen da bide bakarra jarraitzen badu. Baina Indian, bizitza inoiz imajinatu ez liratekeen sorpresa eta sekretuz betetako abentura handi bat dela sentitzen da.

Baliteke Indiak ez izatea etxe orratz fisikorik edo luxu moderno gehiegizkorik eta nerbio espiritualak tentsioan jartzen dituzten entretenimendurik.

Egia da Indiak bere akatsak dituela, nazio guztiek beren akatsak dituzten bezala.

Baina Indiak baditu etxe orratz espiritualak: erraldoi espiritual xume eta errealistak, beren kideei bizitzako edozein egoeratatik poz espiritual osoa nola atera irakatsi diezaieketenak.

Sufi hauek, oinarri zientifikoak dituztenak, egia eta errealitatea beren ahalegin eta esperientziaren bidez ezagutu dituztenak, beste batzuei beren ikuspegia garatzen eta bakearen eta poztasunaren ur freskagarriak eguneroko bizitzaren lurzorutik ateratzen lagun diezaiekete.

Ikuspegi etereo bat ilunabarrean

Paramhansa irakasle jakintsuak bere ikuspegia honela deskribatzen du:

Nire balkoitik, mendebaldera begiratu nuen, eta irudimenaren hegoetan, urruneko horizontearen ertzetarantz hegan egin nuen. Eskuinera eta ezkerrera, bi mendikate ikusi nituen, laster more kolore misteriotso batean eraldatu zirenak. Berriro begiratu nuenean, esku ikusezin batek urdin sakoneko belo batez inguratu zituen. Nire atzean Guadalajara hiria zegoen, ilunabarrean bainatuta . Ekialdeko zerua arrosa kolore leunez apainduta zegoen orain. Aurrera begira, nire begiek urrezko aintzira batean flotatzen zuten uharte urdinen hiri magiko bat ikusi zuten.

Uharte urdin magikoen artxipelago honetan, kareharri urdinezko muino erraldoi bat altxatu zen, laba gorri-urrezko geiserrak isurtzen zituzten hodei bolkaniko gris-zuriez inguratuta, ortzadarraren antzera laku lasairantz jausiz. Urrezko sugar bziek argi-halo distiratsuetan inguratzen zituzten uharte urdinak.

Gailur urdina eta bere suzko koroa bikiak bezala islatzen ziren urrezko laku isil horren gainazalean. Eta eskuin muturrean, laku txiki eta lasai bat distiratzten ari zen, uharte urdinetako baten bularrean kokatuta, hodei uhinen artean igerian dabilen ilbete baten antzera.

Denbora luzez ibili nintzen ilunabarraren eta miraje-hodeien hirian, lakuaren gainazalean flotatzen bere urrezko argi delikatuarekin Eta zein ederrak ziren urrezko ur haiek, norabide guztietan sakabanatuta izotz gorri multzoz josita, betikotasunaren ertzeraino

Argiaren ninfa txikiak lur honetako espiritu onberak zirela imajinatu nuen, eta bizitzako proba guztiak gaintitu ondoren, nahi zuten bezala ibiltzen eta ametsak gorpuzten uzten zitzaien. Egunero, ilunabarrean, ninfa hauek beren zeruko ametsak itsaso eta urrezko aintzirez inguratutako hiri etereoetan trinkotzen zituzten. Han, atsekabeen atzaparretatik eta lurreko mundu honetako tranpetatik haratago, bere tragedia eta min guztiekin, atsekabe guztien haratago, izaki hauek argi gorria arnasten zuten, laranja izpiak edaten zituzten, eta noraezean eta hurbiltzen ziren, kolore anitzeko argien itsaso baten artean igerian eta igerian.

Hemen, sirena horiek beren ametsak bete eta beren fantasiak berehala gorpuzten zituzten nahi zuten bezala, gero desegin eta desagertu egiten ziren beren nahierara.

Hemen, izaki haiek poztasun eta gogobetetasunaren altxorrak gozatzen zituzten, eta eskuzabaltasunez ematen zizkieten bisitatzen zituzten guztiei ametsak beren mundu zoragarri eta magikoan.

Hemen, ez zegoen behartuta gizakiek bezala itxaron eta desioak egitera bere ametsak egia bihurtzeko eta bere nahiak gauzatzeko, baizik eta nahi zuen bezala amestu zuen

eta amets eta nahi horiek guztiak bere borondatez lortu zituen.

Ametsen Uharteetako ilunabarreko hiri hura nire subkontzientearen sakonean ezkutatuta zegoen amets bat zen, eta gaur egia bihurtu da. Izan ere, nire arimaren altxor ezkutuak ikusi ditut, eta bere argitasunak inguratu nau, bere distirak itsutu nau!

Bakea izan bedi zurekin

Argiztatzeko lanparak

Jainkoari goraipatzen eta eskerrak ematen dizkiogu urte berri bakoitzaren opariagatik eta ekartzen dizkigun itxaropen .eta betetze-promesengatik

Jainkoarekin konektatzeko, pertsonen bizitzan eta munduko baldintzetan aldaketa zoragarriak eragiteko eta bakea eta giza anaitasuna lortzeko, ez dago Jainkoarekin konektatzeko zintzotasunez eta bihotzez egindako erregu .bat baino botere handiagorik

Jainkoari otoitz egiten diogu banakako otoitz zintzoak, pertzepzio altuak eta gero eta ezagutza handiagoak benetako aldaketa ekarriko duen indar espiritual bedeinkatu .bihur daitezen

Bedeinka gaitzazu, Jauna, zure argiak eta bideetan argitzen duten lanparak gidatu gaitezen, eta zure maitasuna

gure bihotzetan eta besteen bihotzetan esna dezagun, eta
argi biziaren zuziak eraman eta gure talentuak erabili ahal
izan ditzagun zuri atsegina zaion eta jendea mesede egiten
.dion horretan

Lagundu iezaguzu zure energia kosmikoa eta argi
gidaria beste batzuei laguntzeko eta haien miseria eta
sufrimendua arintzeko isur daitezkeen hodi bihurtzen, zuri
esker gizateriari eta geure buruari laguntzeko ahalmena
.baitugu

Bedeinkatuak gara sufritzen ari direnekin enpatia izan
dezagun

Idea eta asmo onak mundu osoan zabaltzen ditugu
Bakea eta anaitasuna bizipen bihurtzeko
"Zeruan bezala, lurrean ere"

Bakea Jainko Ahalguztidunaren izenetako bat da,}
{Lurrean jarri zuena, beraz, zabaldu ezazue zeuen artean

* * *

Ikasleetako batek Paramhansa irakasleari esan zion
zaila egiten zitzaioela bere ohitura kaltegarriak onuragarriei
ordezkatzeko eta aholkua eskatu zion, beraz, honek esan
:zuen

Ez galdu auto-hobekuntzarako itxaropena

Pertsona bat zahartzen da positiboki aldatzeko
.ahalegina egiteari uko egiten dionean bakarrik

Egoera geldi hori, nire ustez, benetako "piramide"
.egoera bat da

Pertsona batek "Ezin naiz aldatu" esaten duenean eta
behin eta berriz errepikatzen duenean
Esaten diot: «Beno, horrela izatea erabaki duzunez,
.«geratu zauden tokian

Pertsona baten egungo egoera edozein dela ere, hobera
alda daiteke autodiziplinaren, elikadura egokiaren eta
.osasun-jarraibideei jarraituz

Zergatik uste duzu aldaketarik ez duzula? Geldialdi
intelektuala ahultasunaren kausa ezkutua da. Denek dituzte
aurrerapena mugatzen duten ezaugarriak. Ezaugarri hauek
ez ditu Jainkoak giza izaeran jarri, baizik eta gizakiak
egindakoak dira. Hauek dira kendu behar dituzun akatsak,
...eta ahal dituzu

Gogoratu pertsona baten ohiturak ez direla bere barne
pentsamenduen kanpoko adierazpenak baino gehiago

Aldatzeko erabakia hartzen duzunean, indar asko
elkartuko dira zuri laguntzeko eta zure erabaki positiboak
.indartzeko

Eta Jainkoaren laguntzarekin

Urte Berriko Lorategia

Joan den urteko oihartzunak, bere atsekabe eta
barreekin, desagertu egin dira

Eta hona hemen Urte Berriko ereserkiaren oihartzuna,
:animoz abesten, itxaropena iragartzen eta xuxurlatzen

"Berreskuratu zure bizitza modu perfektuan"

Utzi beldur zaharren belarrak alde batera

Iraganeko lorategi abandonatutik, poz, lorpen,
itxaropen, pentsamendu eta ekintza on eta desio noble eta
.gorenen haziak baino ez zituen bildu eta gorde

Egun berri bakoitzeko ihintzez betetako lurzoruan,
landatu hazi ahaltsu horiek, ureztatu eta zaindu hazi eta
.zure bizitza loratzearen onura arraroekin bete arte

:Urte berriak xuxurlatzen du

Esnatu ohituren gatibu dagoen espiritua eta bultzatu"
ahalegin berri eta onuragarrietara. Ez utzi inoiz saiatzeari,
eta ez hartu atsedeen betiko askatasuna lortu eta karma
(iraganeko ekintzen ondorioen etengabeko jazarpena eta
".jarraitzea) gainditu arte

Gogo freskatuarekin eta etengabe berritzen ari den
pozarekin mozkortuta, poztu gaitezen elkarrekin eta eskutik

helduta joan gaitezen inoiz gehiago irtengo ez garen zeruko
.etxerantz

Arrakasta-istorio bat

Oraindik gogoratzen dut beste batzuei laguntzeko
borondatea erabili nuen lehen aldia

Lagunetako bat eta biok mutil gazteak ginen garai
:hartan. Egun batean esan nion

"Bostehun (pobre) pertsonari jaten emango diegu"

Harrituta erantzun zuen: «Baina ez dugu zentimo bakar
.«!bat ere

Ziurtatu nion, esanez: "Proiektua aurrera jarraituko du
."hala ere, eta uste dut dirua zure bidez etorriko dela

Iseka eginez erantzun zuen: "Zer proiektu! Hau
"!ezinezkoa da

Nire ziurtasun sentrazioak hau esatera bultzatu
ninduen: "Ez haserretu zure ama inola ere, baina egin
."eskatzen dizun guztia

:Egun bat geroago korrika etorri zitzaidan eta esan zidan

Bainua hartzen ari nintzela amak deitu zidanean,"
erantzun beharrean nengoen: 'Ez molestatu orain bainua
hartzen ari naizen bitartean', baina horren orde z zer nahi
zuen galdetu nion, eta etxetik gertu bizi den izeba ikustera
joateko eskatu zidan, eta nik esan nion: 'Entzuten dizut eta
"obeditzen dizut

Izeba ikustera joan nintzenean, esan zidan lehenengo"
gauza hau izan zen: 'Norekin zauden ero hori? Burua galdu
duzu? Zer proiektu da entzun dudana, non zuek biok
"!bostehun pertsonari jaten emango diozuen

Haserretu egin nintzen berarekin eta esan nion: "Orain
joan behar dut", eta etxetik irteten hasi nintzen. Baina
gelditu egin ninduen, esanez: "Zure laguna erotuta egon
daiteke, baina bere ideia ona da. Hartu hogei errupia
.billete hau" (XX. mendearen hasieran kopuru handia zen)

Mutila hain harrituta zegoen, ia konortea galdu zuen.
Berehala etorri zitzaidan korrika eta berria eman zidan.
Arroza eta oturuntzarako beharrezkoak diren beste gauza
batzuk erostera joan ginenean, bizilagunek gure planaren
berri izan zuten eta janari gehiago eskaini zuten. Azkenean,
!bi mila pertsona (2000) jan genituen

Korrante sakratuaz kargatutako borondate berak sortu
zuen ezarri zuen lehen liburutegia, Kalkutako Saraswati
.liburutegia

Ekintza onak egiteko erabakia hartzen duzunean,
borondate dinamiko eta eraginkorra erabiltzen baduzu,

beteko dituzu. Edozein dela ere egoera, irauten baduzu,
.Jainkoak nahi duzuna lortzeko bitartekoak sortuko dizkizu

Horixe da Jesukristok esan zuen egia: «Fedea baduzu
eta zalantzarik ez baduzu... orduan mendi honi esan
diezaiokezu: 'Mugitu eta bota zaitez itsasora', eta egingo
du. «da

Eta hadith noblean: Jainkoari dei egiten diozunean, izan]
[zaitez irmo zure erreguetan

Zure borondatea etengabe erabiltzen baduzu, oztopoak
gorabehera, arrakasta, osasuna eta besteei laguntzeko
indarra lortzeko gai izango zara oraindik, eta batez ere,
Jainkoarekin harmonia lortuko duzu. Hori da landu behar den
borondatea: zalantza eta ongia egiteko eta espero dena
.lortzeko porrotaren ozeanoak lehortzen dituen borondatea

* * *

Begiratu zure izatearen sakontasun distiratsuari, eta
han aurkituko duzu edertasun, jakinduria eta
.garbitasunerako potentzial mugagabea

Jainko Ahalguztidunari eskatzen diogu urte berriari
ongietorria emateko, zure barneko goi-mailako izaera
.agertzeko gaitasuna duzulako uste sendoarekin

Inguruneak eta iraganeko ekintzen emaitzek ezaugarri,
ezaugarri eta ohitura espezifikoekin inguratu zaituzte, baina

hauek aldi baterako itxurak baino ez dira, eta horien azpian
zure benetako izaera dago – arima noblea –, mundu
honetako eszenatokian zure rola betetzen dituzun bitartean
izan eta erakutsi nahi dituzun abantailak eta ezaugarriak
.aukeratzeko askatasun osoa duena

Ba al duzue barruan mugitzen ari diren asmo
espiritualik, zuen bihotzetan taupadaka ari denik, datorren
urterako zuen agendan sartzeko bultzatzen zaituztenik?
Baiezkoa bada erantzuna, ahaztu iragana, gorde bertatik
ikasitako lezioak eta jarraitu Jainkoaren bedeinkapenarekin
.lortu nahi duzuna lortzeko

Egun bakoitza aukera berri bat zela uste zuten ohitura
eta pasio kaltegarriak kontrolatzeko, bakean bizitzeko,
maitasuna emateko eta mundu honetan baikortasuna eta
.poza zabaltzeko

Aldaketa positiboak egiteko eta zure ekintzekin
laguntzeko borondatea esnatzen duzun unean, Jaun
Errukitsuaren indar kosmiko ikusezinek zure ahaleginak
indartzen hasiko dira. Zenbat eta gehiago iraun zure
ebazpenetan, orduan eta handiagoak eta indartsuagoak
izango dira ongiaren indarrak zure bizitzan; hau jainkozko
.lege aldaezina da

Lehenengo eguna zaila izan daiteke, baina bigarren
eguna apur bat errazagoa izan daiteke, eta hirugarren eguna
are errazagoa. Egun batzuk igaro ondoren, arrakasta lor
daitekeela ikusiko duzu. Eta urte osoan zehar ahaleginak
egiten jarraitzen dutenek eraldatuta aurkituko dute beren
.burua

Asmo espiritualak dituztenei, hau esaten diegu:
Jainkoarekin konektatzeko nahia izan dadila zuen bizitzako
gauzarik handiena. Jainkoaz pentsatuz eta harengan
meditatuz lortzen dugu zalantzarik gabeko ziurtasuna betiko
maite gaituela, berari dagozkigulako, norabide okerrean
.eman ditugun urrats okerrak gorabehera

Baldintzarik gabe maitatuak garela sentitzen dugunean,
ez al gaitu horrek gure onena egitera motibatzen eta
iragana, bere porrot eta frustrazio guztiekin, atzean uzten
laguntzen? Maitatuak garela eta maite gaituen norbait
dagoela sentitzen dugunean, lasaitasuna sentitzen dugu eta
.gure bihotzak pozten dira

Betebehar eta jarduera guztiak gorabehera, denbora
pixka bat hartu behar dugu gure sakontasunean
murgiltzeko, geure burua arakatzeko eta gure arimak
.Jainkoaren maitasun eta bakearekin freskatzeko

Jainkoa maite badugu eta egunero zintzotasunez
saiatzen bagara berari atsegin emateko, ezerk ez du gure
.aurrerapen espirituala oztopatu ahal izango

Gogoratu, lagunok, eta Jainkoaren laguntzarekin, urte
.berrian inoiz amestu ez zenuten zoriontasuna biziko duzuela

* * *

Erabakitasunez betetako borondate batekin
Giza arimaren gaitasunetan konfiantza osoz
Jainkoarengan fede sendoarekin
Agur esan diezaiogun urte honi eta ongi etorri eman
diezaiogun urte berriari

Munduak jasaten ari diren aldaketak eta aldaketa horiek
gure bizitzetan duten eragina gorabehera, eguneroko
gertaera azkarren haratago begiratzen badugu jakinduriaz
eta ikuspegi sakonarekin, ulermena lortuko dugu eta
.ikasgaiak ikasiko ditugu

Gutako bakoitzak bere rola du denboraren eszenatokian,
non gaur egungo gertaerak etorkizuneko amets bihurtzen
.diren

Gertaera dramatikoek eta haiekin batera doazen
inguruabarrek helburu bakarra dute: gure baitako bertute
ugari banan-banan esnatzea. Bizi dugun esperientzia
bakoitzak gure baitan indar ezkutu bat agerian uzten du,
.zentzuz eta eraginkortasunez aurre egiteko

Jainkoak gure baitan jarri dituen gaitasun handiak
ditugu, eta aktibatzen direnean, bedeinkapen iturri
.ezinbesteko bihurtzen dira gure bizitzan

Kanpoko inguruabarrak ez badaude ere beti gure
kontrolpean, beti aukeratu dezakegu zer izan nahi dugun
geure baitan, gure aurrerapenaren eta gizateriaren
.aurrerapenaren gakoa baitago bertan

Askapena nahi duen arima orok hobera aldatzeko
konpromiso kontzientea hartu behar du, eta unerik egokiena
orain da, asmoak erabakiak hartzera eta aldaketarako
.konpromisora bideratzen direnean

Gizakiak ez lirateke erlikia estatikoak izan behar,
berritze psikologiko eta espiritualik gabe. Gure barneko
ezaugarri heroikoak esnatu behar dira, eta beldurraren eta
.ziurgabetasunaren zama kendu

Pertsona batek Jainkoak maite duela eta beti berarekin
dagoela konbentzitzen duenean bere burua, ez iraganak ez
.du lotu ahal izango, ez etorkizunak ezta beldurtu ere

Giza bizitzaren txinpartaren atzean jainkozko sugarra
dago
Giza pentsamenduaren izpiaren atzean Jainkoaren argi
handiagoa distiratzen du
Arrazoimenaren uhinaren atzean ezagutza
unibertsalaren ozeano zabala dago
Giza maitasunaren haratago bihotza betetzen eta bere
irrikak asetzen dituen jainkozko maitasuna taupadatzen du

Gorabehera eta aldaketaz betetako mundu batean
aldatzen ez den konstante bakarra Jainkoarekiko dugun
.harremana da

Azken erabakia bedeinkatutako lotura hori sendotzea
eta bizitza, indarra, maitasuna eta zoriontasuna ematen
duen emaila eskuzabalenarekin harmonia kontzientean
.bizitzea izan dadila

Gizakiak bere Sortzailea ezagutu dezan bere arimaren
bakardadean eta bere hausnarketa sakonean

Egunero galdetu beharko lioke bere buruari ea bere
bizitza egiaren eta maitasunaren legeekin harmonizatzen ari
.den, hau da, unibertsoaren jainkozko legeekin

Eutsi diezaiogun gogor Jainkoaren bakeari gure baitan
Entzun dezagun kontzientziaren ahotsa
Zabaldu dezagun gure errukia besteak ere barne
hartzeko

Gure pentsamendu positiboekin eta ekintza
harmoniatsuekin, Jainkoaren graziari esker, mundu honetan
oinarrizko eraldaketak ekar ditzaketen ongiaren indarrak
.indartu ditzakegu

* * *

Gaur egun, pertsona batek ziurtzat eman diezaioke bere
buruari bide zuzen bati jarraituko diola, baina bihar bide
horretatik desbideratu eta bere erabaki positiboak alde
.batera uzteko joera izan dezake

Gure bizitzako ahuleziak ez dira onartu behar. Tentaldi
eta kanpoko eragin guztien gainetik bere printzipioetan tinko
iraun dezakeena askapenerako bidean dago, eta jakinduria
bere gidari-argitzat hartzen duenak bizitzako ilusioak, mugak
.eta oztopoak gaindituko ditu

Jende jakintsuak bere jakinduria amaierara arte
mantentzen du eta bizitzari ausardiaz eta fede irmoarekin
aurre egiten dio, edozein zirkunstantziari aurre egin behar
.izan arren

Bere borondatea uzten duenak, bere zirkunstantziei
amore ematen dionak eta ahalegina egiteari uzten dionak,
.bere burua kondenatzen du eta denborak atzean utziko du

Gizakia da bere ohitura zuzenak eta okerrak elikatzen
dituena, eta "Ezin naiz aldatu" esaten duenean, porrotera
.kondenatzen du bere burua

Pertsona batek bere buruari baieztatzen dionean ohitura
txarren eta pentsamendu negatiboen erasoak gorabehera
sendoa eta librea dela, eta ez duela hobeto egiten saiatzeari
utziko, bidea irekitzen dio bere baitan dauden onaren
.indarrei laguntzera eta babestera etortzeko

Pertsona baten ekintzak zenbateraino okerrak izan
arren, bere bizitza aztertu eta ahalegina egin behar du bere
buruari laguntzeko eta zuzena dena egiteko, eta ekintza
oker guztiak ekintza on bihurtuko dira Jainkoaren
.laguntzarekin

Artxiboetatik: Haserrea eta elefantearen oroimena

Barne bakea nahi dutenek ulertu behar dute nola
sortzen den haserrea eta askotan ondorio latzak eragiten
.dituena

Haserreak eragindako barne-oreka galtzearen ondorioz,
jende asko, bere borondatearen aurka, kriminal eta odol-
.egarri hiltzaile bihurtu da

Desirak oztopatzea adimena itsutzen du. Desiraren
lainoak pertsona baten adimena hartzen duenean, zentzua
galtzen du eta gizaki noble baten desegokia den moduan
.jokatzen du

Arrazoiaren galerak ekintza on eta asmo on guztien
atzean dagoen indar eragilea den berezko bereizketa
.nahasten du

Pertsona baten ibilgailu mentalaren bolantea gaizki
funtzionatzen duenean, ezinbestean istripu bat izango du eta
.mina eta miseria lubaki batean aurki daiteke bere burua

Adibidez: Senarra pozik gidatzen ari da, eta parkera
bidean, emazteak gurasoen etxera joateko eskatzen dio
norabidea aldatzeko parkera joan beharrean, eta hemen
.bere zoriona haserre bihurtzen da

Adibide hau aukeratu dut ohikoa delako. Kasu
normaletan, emaitza senarrak emaztearen eskaera
baztertzea edo haserre eta atsekabearekin ados egotea da,
eta horixe da, oro har, gertatzen dena. Bi kasuetan, haserrea

nagusitzen da, giroa tentsio bihurtzen da eta bakea apurtzen
.da

Kasu batzuetan, haserrea tragedia bihur daiteke izaera
bortitza dutenentzat. Haserreak memorian eragina izan
dezake, edo gidariak kontu handiz eta arretaz gidatzea
ahaztu dezake, edo trafiko-seinaleak ez errespetatzen dituzte,
eta horrek talka edo, Jainkoak ez dezala utzi, heriotza eragin
.dezake

Ondorioz, haserreak borondatearen bolantea bizitzaren
gurdian blokeatzen du eta bere helburu material eta
.espiritualak lortzea eragozten dio

elefantearen memoria

Memoria" izeneko gaitasuna Jainkoak gizateriarentzat"
egindako oparia da, eta zein bedeinkapen handia den!
Memoria animaliei ere ematen zaie; hori gabe, ezingo
lituzkete beren kumeak ezagutu. Animalia batzuek memoria
bikaina dute, elefante bati buruzko hurrengo istorioak
.erakusten duen bezala

Elefante erraldoi bat egurra garraiatzen ari zela,
Ekialdean hezitako elefante askok egiten duten bezala, mutil
bat hurbildu zitzaion, orratz batekin enborrean ziztatu eta
.ihes egin zuen

Gertakari hartatik urtebete igaro zen, eta elefante berak
mutil berarekin topo egin zuen errepidean. Une egokia zen
elefantearentzat mendekua hartzeko, beraz, mutilaren

tronpa inguratu eta bortizki errepidearen beste aldera bota
.zuen. Beraz, animaliek oroitzapenak dituzte

Amets asko izan ditut, eta orain esna nago eta nire
arimaren aldarean zutaz oroitzen ditudan kandelak pizten
.ditut, nire Jainkoa

Betazalak lozorrotik irten diren begiekin, zure aurpegi
ederrari begiratzen diot eta haren argi sakratuak ikusteaz
gozatzen dut

Eta zure graziari esker ulertu dut osasuna eta
gaixotasuna

Bizitza eta heriotza

Amets mota guztiak dira

Kolore biziz margotutako ametsak" eleberria irakurtzen"
.amaitu dut
Ilusio distiratsuen oihalaren gainean

Eta orain ikusten zaitut existentzian dagoen egia
bakarra bezala

Kanalak irekita mantentzea

Jende gehienak ez du Jainkoarengan serio pentsatzen
arazo larriei aurre egin arte, eta orduan espero dute Hark
.esku hartzea eta egoera larritik salbatzea

Argitueta bategan esan zuen: "Zure bizitzako udan
Jainkoa zure gonbidatu izatera gonbidatzen ez baduzu, ez da
."zuregana etorriko zure bizitzako neguan

Horrek ez du esan nahi Jainkoak ez gaituela lagundu
nahi. Laguntza-eskua luzatu eta gure sufrimendutik askatu
nahi gaitu. Hala ere, urte askotan bere legeen aurka bizi
garenean, eta harekin kontenplazioan komunikatzen ez
garenean, adimena ilusio pila batez zamatzen da, eta
Jainkoarekin komunikatzeko bideak beldurrak, desira
berekoiak, umore-alaketek, haserre-aldiek, burugogorkeria
itsuak, ohitura txarrek eta negatibotasunak blokeatzen
dituzte. Horrela, ez dago jada jainkozko laguntza guregana
.isurtzeko bide irekirik

Gure pentsamenduak prestatzen eta kanalak irekita
mantentzen ez baditugu, ezingo diegu aurre egin -eta
gainditu- gure bizitzako bidaian zehar gure bideetan zehar
.gurutzatuko diren arazoei

Esaten da Jainkoa maite zuen gizon batek aurkitu zuela
Jainkoa, bere izen bedekuntua kontzentrazio sakonez eta
maitasun sakonez ahoskatuz, edozer egiten ari zela ere.
Hurtzaroan hasi zen praktika hau eta hain arduraz
mantendu zuen, ezen lo zegoela ere Jainkoaren izena
.ahoskatzen baitzuen

Hazi ahala, tigre, kobra, eskorpioi eta intsektu pozoitsu
basatiez betetako baso trinkoak zeharkatzen zituen, oihal
.zati bat eta sandaliak baino ez zituela jantzita

Jendea harrituta geratzen zen haren ausardiaz eta
harriduraz galdetzen zioten: "Inoiz ez zaituzte piztia basati
eta intsektu kaltegarri horiek kalterik egin?". Hark
:erantzuten zuen

Noski, ez dut inoiz minik hartu, beti Jainkoaren izena"
"nirekin daramat eta hori baita nire babes

Jainkoaren babesak inguratzen gaituela ere aitor
dezakegu. Beti dago presente gure zorigaitzak arintzeko eta
gure arazoak gainditzeko laguntzeko, baina bere
bedeinkapenei harrera ona egin behar diegu, beragan
pentsatuz, berari otoitz eginez eta gure betebeharrak
.betetzen ditugun bitartean harekin bihotzean komunikatuz

Hori egiten badugu, urakanei aurre egin ahal izango
diegu, eta arazo konponezinak eta krisi kritikoak ez gaituzte
.garaituko edo gure erabakia hautsiko

harrotasun espiritual

Apaltasuna da bide espiritualeko abantaila handiena,
eta apaltasuna lantzeak auto-hazkundera bizkortu eta
.babesten du

Apaltasuna izan beharko litzateke bilatzaileak bere
bizitza espirituala eraikitzeko oinarria, bere helburua lortu
nahi badu, hau da, Jainkoarekin harmonian egotea eta haren
.presentzia sentitzea

Munduak lorpenez, ondasunez eta posizioez harrotzera
eta besteen onespina eta miresmena lortzeko ahalegintzera
bultzatzen du, baina bilatzaileak bere arreta ni txikitik,
."egotik", goi mailako nira aldatu behar du

Benetako apaltasunak esan nahi du Jainkoa dena dela
ziurtasunez jakitea, eta Jainkoaren faborea lortzeko anbizio
.handiagoa garatuz egoa asetzeko anbizioa kentzea

Jainkozko maitasuna landuz eta Jainkoarengana joz,
berekoikeria uztea ere bada, bera baita bilatzen dugun eta
.lortzen edo lortzen saiatzen garen guztiaren iturria

Harrotasun espirituala tentazio gardena da, eta
bilatzaileak kontuz ibili behar du gaitz honekin, Jainkoaren
pertzepzio oro edo Harekin komunikatzeko aukera
.oztopatzen baitu

Dizipuluak apaltasuna lortzen ahalegintzen ez bada
zintzoki, ilusioaren tranpetan eta banitatearen amarruetan
.erortzeko joera izango du

Izan ere, pertsona batek ahultasun asko gainditu eta
aurrerapen handiak egin ditzake bidean, baina
.harrotasunaren tentazioaren ondorioz erori daiteke

Unibertsoaren Jaunak eta Kontzientzia Aztertzaileak
badaki zer dagoen bihotzen barruan, eta beren
.espiritualtasunaz harrotzen direnek galdu egingo dute

Beren esperientzia espiritualez harro daudenak auto-
garrantziaz zikintzen dira, edo beste era batera esanda,
beren burua berezitzat hartzen hasten dira, eta jasotako
.bedeinkazioak gal ditzakete

Bere barneko bedeinkapen jainkotiarrek gainditzen
dituen harrokeriak dohain espiritualak gaizki erabiltzen ditu,
eta orduan Jainkoak apaltasun ikasgai bat ematen dio
dizipulu horri, bere bedeinkapenak kenduz, ulermen
espirituala lortu eta bere bidea zuzendu arte. Baina
maitasunagatik egiten du hau, dizipuluaren bihotza
apaltasun osoz Jainkoari irekitzen zaionean, Jainkoarengan
guztiz menpe dagoela konturatuz, orduan jainkozko
.graziaren neurri osoa lortzen baitu

Dizipuluaren bizitza apaltasunez betetzen denean,
apaltasunaren usainak jainkozko zaintza erakartzen du,
bedeinkazioak jaisten dira dizipuluaren gainera, eta haren
.bizitza bakez eta maitasunez betetzen da

Giza izaera

Pentsamendua mugagabea da, edozein dela ere zure
ikasketa-arloa edo espezializazio-arloa, behin material
horretan arreta jartzen duzunean, mugagabe joango da
norabide horretan. Erabil dezakezun eta horretatik etekina
atera diezaiokezun jakinduriari edo informazioari ere ez dago
.mugarik

Badakizue, lagunok, bakoitzak hitz hauek besteek baino
modu apur bat desberdinean interpretatzen dituzuela?
Arrazoia da pentsatzeko prozesua pertsona batetik bestera
.desberdina delako

Pertsona bakoitza bere izaeran eta pentsatzeko moduan
bakarra denez, edozein egoeratan dituen erreakzioak eta
erantzunak beste edozeinengandik desberdinak dira. Beren
barne-izaera beren pentsamenduen, sentimenduen,
erantzunen eta motibazioen batura da, eta hauek, aldi
berean, beren magnetismoaren izaera edo duten erakarpen-
.ahalmena zehazten dute

Magnetismoa da lagunak, adiskidetasun sinpatia eta
borondate ona erakartzeko indarrik handiena

Guztiok nahi dugu arreta jarri eta kontuan hartuak izan;
inork ez du alde batera utzia edo ahaztua izan nahi. Haurrek
ere nahita jokutzen dute modu jakin batzuetan arreta
.erakartzeko

Besteek maitatua eta estimatua izatea ere nahi dugu.
Baina zenbatek ematen diegu besteei uste dugun ulermen
?eta kontsiderazio bera

Oso solidarioak gara geure buruarekin eta barkatzen
ditugu gure gabeziak, eta, aldi berean, guztiz prest gaude
.besteen gaiztakeriak kritikatu eta gaitzesteko

Besteen aurrean zutik egon eta txikitatik ditugun akats
.guztiak kontatu al diezazkiekegu? Erantzuna ezezkoa da

Baina portaera ona ikasten ez badugu, ezin diegu
besteei ondo nola jokatu erakutsi

Ez dugu eskubiderik besteen ahuleziekiko intolerantzia
.izateko, geuk ere horien ondorioz sufritzen badugu

Mundua besteak konpondu nahi dituzten pertsonen
beteta dago, baina ez beren burua. Autoebaluazio
eraikitzaile batean parte hartzen ez badugu, egunak eta
.urteak aldatu gabe igaroko dira

Behar duguna autoerreforma da, geure burua
erreformatzen dugunean milaka pertsona erreformatu ahal
.izango baititugu gure adibide onaren bidez

Izan ere, ekintzek hitzek baino ozenago hitz egiten dute

Inspirazio espiritualak etengabe berritzen dira eta bakea
eta poza ekartzen dituzte eurekin

Kontzientzia espirituala haize leun gisa hasten da eta
gero indartzen da ezjakintasunaren hondakinak, gaizkiaren
hondakinak eta berekoikeriaren pilak kentzen dituen haize
.bedeinkatu bihurtu arte

Seinale baikorrak agertzen ari dira ilustrazioaren zaletu
gero eta gehiagoren nahian, harmonia eta ulermen espiritual
.maila globalera iristeko

Bakearen olatuekin harmonian gauden neurrian, gure
izaera espiritualaz eta gure iturri jainkotiarrarekiko loturaz
.jabetzen gara

Jainkozko maitasunak pentsamenduak garbitzen ditu
.Emozioak garbitzen ditu
Eta kontzientzia esnatzen dute

Jainkozko jakinduria sakona, sinplea eta bikaina da, eta
harekin harmonian dagoenak barne-iparrorratz bat du,
.norabide egokia erakusten diona, okertu ez dadin

Jainkozko jakinduria eta jainkozko maitasuna gure
pentsamenduek ahalbidetzen diguten bezain gertu daude

Sorgailu elektriko bakar batek hiriko argiei energia
elektrikoa ematen dien bezala, Jainkoarekin harmonian
daudenek energia argitsua jasotzen dute, eta horrek beren
.arimetan eta inguruko iluntasuna uxatzen laguntzen die

Jainkoa benetan maite dutenek eta beren bizitzak
unibertsoaren legeekin bat datozenek indar, bake eta
.bedeinkapen ugari bizi dituzte

Jainko Ahalguztidunari eskatzen diogu bedeinkapenez
eta inspirazio gorenez bete gaitzala
Eta gure erabakia energiaz eta gaitasunez bete dezala
.emankortasunez lan egiteko eta altruismoz zerbitzatzeko
Eta etengabeko oroitzapenean bizi garela, ontasun,
grazia eta existentzia guztien iturria dena

Artxiboetatik: Desioen zuhaitzaren istorioa

Aspaldi, Harry izeneko ermitau bat Hindustanen bizi zen
eta urte asko eman zituen Himalaian zehar ibiliz, Nahien
.Zuhaitza izeneko zuhaitz arraro baten bila

Kondairak dio zuhaitz zoragarri hauek ermitek bakarrik
aurkitzen dituztela, beren aszetismoaren eta diziiplina
espiritualen praktika zorrotzaren sari gisa. Esaten da zuhaitz
hauek beren adarren azpian esertzen den edonoren nahiak
.eta nahiak betetzeko ahalmena dutela

Harry ermitauak sakonean sentitu zuen zuhaitz hura
aurkitzea merezi zuela hainbat austeritate praktikatu

izanagatik, zailtasunak borondatez probatzeagatik eta bere
.buruari ezarritako diziplina zorrotzarekiko konpromisoagatik

Baina ahalegin espiritual horiek guztiak izan arren,
oraindik ikasi beharreko lezioak zeuden. Jainkozko ezagutza
.nahi bazuen ere, beste desio txikiago batzuk ere bazituen

Desio horien artean, Desioen Zuhaitza aurkitzeko irrika
zegoen. Mendiko bide malkartsuek oinutsik higatu zioten
bihotzeko desioaren objektuaren eta bere irrika sakonenak
betetzearen bilaketa etengabea. Barne sentimenduak
etengabe ziurtatzen zion bere desioa beteko zela, eta
zuhaitza zain zegoela bere ahalegin espiritualen sari natural
gisa, pertsona arrunt baten gaitasuna eta erresistentzia
.gainditzen baitzituzten

Gure lagunak bere intuizioan arrazoi zuen. Himalaiako
haran batean, hosto zabaleko zuhaitz bat aurkitu zuen, eta,
bere ikuspegi espiritualari esker, berehala ezagutu zuen
.aspalditik bilatu eta aurkitu nahi zuen altxorra zela

Berehala eta irrika handiz, zuhaitzaren adar
atseginetara hurbildu eta azpian eseri zen. Zuhaitz paregabe
honen botere apartekoak bizitzeko, Harryk begiak itxi eta
bere buruari esan zion: "Hau Desioen Zuhaitza bada, orduan
"!gotorleku indartsu gisa materializatu dadila niretzat

Pentsamendua burutik igaro bezain laster, jauregi bikain
bat agertu zen zuhaitzaren ondoan, arrosa freskoz, albahaka
usaintsuz eta zuhaitz erraldoiz betetako lorategi oparoz
.inguratuta

Harryk mirari hau ikusita poztu zen eta bere desio
maiteena bete izanaren pozak bete zuen, azkenean
hainbeste denbora bilatu zuen Desioen Zuhaitza aurkitu
baitzuen. Ez zuen denbora asko itxaron bere hurrengo
desioa adierazteko, esanez: "Inguruan neska ederren
abesbatza bat ikusi nahi nuke, urrezko plateretan janaririk
finen eta goxoenak zerbitzatzen eta zilarrezko pitxerrak
baino gozoagoak diren edariak zerbitzatzen urre
."distiratsuaren antzera distiratzen duten edalontzietan

Begi keinu batean, bere nahia bete zen, aurrean mahai
bat aurkitu baitzuen, urrezko plateretan zerbitzatutako jaki
goxo mota guztiekin beteta, eta neska eder batzuek errege
eta printzeentzako egokiak ziren janari eta edari ugari
.eskaintzen zizkioten

Oturuntza oparoa eta estrabaganteaz gozatu ondoren,
gure lagunak bere egoitza berria aztertzen hasi zen.
Marmolezko eskailera leunduak igo eta distira liluragarriko
.harribitxiz jositako ganberetan zehar ibili zen

Azkenean, gure zorioneko ermitaua ibiltzeaz nekatu eta
beheko solairuko geletako batean bilatu zuen bakea eta
atsedena. Gela hartako leiho baxuak Desioen Zuhaitz
.loriatsuaren adar luzeek itzalpean uzten zituzten

Leiho ondoko ohe batean etzanda zegoela, ohartu zen
desioen zuhaitzaren adar lodiek argia estaltzen zutela, eta
bakardadea sentitu zuen eta beldurra sartu zitzaion
bihotzean. Isiltasuna soinu gutxi batzuek baino ez zuten

hausten, lorategitik edo jauregiko hormen atzean libre
.zebiltzan basoko animalia basatietatik zetozen galdetuz

Bere artean esan zuen: Zer gertatuko litzateke basoko
tigreetako batek leihotik sartzea lortzen badu? Kasu
.horretan, irentsiko nau eta amaiera izango litzateke niretzat

Beldurraren pentsamendu hori burutik igaro bezain
laster, tigre basati bat leihotik jauzi egin, ermitau izutua
hartu eta eraman egin zuen irensteko; patu ikaragarria, hain
.zuzen ere

Zoritxarrez, Harryk ez zuen konturatu Nahien Zuhaitzak
ez zuela bereizten pentsamendu onen eta gaiztoen artean.
Bere helburua, besterik gabe, nahi horiek zituztenen nahiak
betetzea zen. Izan ere, Nahien Zuhaitzak Harry ermitauaren
irudi mental indartsua gorpuzten zuen, eta hori izan zen bere
.azken pentsamendua

Pertsona oro bere desioen zuhaitzaren azpian bizi da,
eta horrek bere desio guztiak betetzen ditu. Zuhaitz hori
borondate-indarra da. Gizakiaren borondate-indarrak,
jainkozko borondatearen isla denak, bere funtsean pertsona
.baten itxaropenak eta nahiak gauzatzeko ahalmena dauka

Baina bere nahiak, desirak eta pentsamenduak
kontrolatzen ez dakienak mila aldiz eskertu beharko lioke
bere Jaunari, bere pentsamendu diziplinatu gabeak ez baitira
berehala betetzen, bestela, nahi basatiek tigre harrapari eta
gosetien gorpuzte automatikoa eragingo lukete, arimaren
lasaitasuna urratzen dutenak, zoriontasunaren hezurra

xehatzen dutenak eta bake espiritualaren oasia lur antzu
.bihurtzen dutenak

Hau ikasgai ona da norberaren pentsamenduak gauza
positibo eta onetan zentratzeko, Desioen Zuhaitzaren
adarren azpian eserita, hau ez baita gizakiaren borondate
.sendoa eta adimen ahaltsua baino

Pertsona batek kontuz ibili behar du beldurrari,
porrotari, gaixotasunari eta ezjakintasunari erreparatzeaz
eta etengabe pentsatzeaz, alderdi negatibo horiek
ezezagunaren iluntasunetik munstroak bezala ager ez
daitezen eta aurre egiteko edo kontrolatzeko zailak diren
.arazo larriak sor ez daitezen

Pentsamendu negatiboek kaltea baino ez diote eragiten
horiek gordetzen dituen pertsonari; ordezkatu itzazu
pentsamendu positiboekin, norberarentzat eta besteentzat
.ona nahi badugu. Eta arrakasta Jainkoarengandik dator

* * *

Opari materialak ez ezik, Jainkoak fedea eta ulermen
espirituala ematen dizkigu

Eta Harengana jotzen dutenei eta Harengan konfiantza
dutenei, jainkozko kontzientzia gorena ematen die

Dohaintza bedeinkatuak bihotzak ukitzen dituztenak,
izaera gogortuak aldatzen dituztenak, arimak

arduragabekeria espiritualetik esnatzen dituztenak eta giza
familia bakarreko kideen arteko ezagutza eta harmonia
.sustatzen dutenak dira

Jainkoa ezagutzen dutenek ez dute beren hitz jakintsuen
eta adibide perfektuaren bidez irakasten bakarrik, baizik eta
jainkozko maitasun purua eta baldintzarik gabekoa ere
ematen digute. Maitasun horren argitan, gure potentzial
.handiagoaren ikuspegi berri bat lortzen dugu

Jainkoaren aukeratuak mundu honetara datoz bere
graziaren ezagutza ematera, eta eskutik eramaten gaituen
eta zeruko etxera eramaten gaituen barne-argia erakustera,
gure bihotzak etsipen mota guztietatik eta munduko
iluntasunetik askatu daitezen, eta animatzen gaituzte,
jainkozko ondarean parte dugula eta kontzientzia
.kosmikoarekin komunikatu gaitezkeela ziurtatuz

Gizakia bere Sortzailearekin harmonian jartzen den
heinean, bere bekatuak xehatzen dira, bere ahuleziak
indargune bihurtzen dira, eta konturatzen da bere arima
bere funtsean garbia dela eta Jainkoarengandik hurbil
.dagoela

Jainkozko argi distiratsuak nahi duenaren gainean
distiratzen duenean, konturatzen da jainkozko esentzia bere
baitan eta besteengan ere existitzen dela, ilusioaren menpe
dauden arimetan distira egitea eragozten dioten belo lodiak
.gorabehera

Jainko Ahalguztidunari oparien oparia eskatzen diogu:
gure kontzientzian bake gorenaren, maitasun gorenaren eta
.poz deskribaezinaren sentimendua

Egin behar dugun guztia maitasunez eta konfiantzaz
joatea da, maitasunak mugarik ez duen eta emateak
.mugarik ez duen bihotz unibertsalera

Jainkoak bedeinkatu eta bere oparotasunetik eman nahi
digu, baina gure bihotzak ireki, gure irrikak askatu eta bere
.grazia ugariari harrera ona egin behar diogu

Jainkoari bihotz osoz dei egiten diogunean, antsietatea,
zalantzak eta beldurrak bezalako oztopo guztiak kentzen
dira, eta Jainkoarengandik hurbil sentitzen gara eta haren
.hurbiltasuna guregandik

Guztioi ontasuna eta bedeinkapenak opa dizkizuegu

.Bakea zuekin, gure lagunak

Izan zaitez nire betiko gonbidatua

Jauna, gidatu nire urratsak bide zuzenetan
Eta mugitu eskuak adeitasun keinuetan

Bedeinka itzazu nire begiak, nik ikusi behar dudana ikus
dezaten

Utzi zure inspirazioa nire hitzetatik igarotzen

Eta isuri zure adeitasuna besteengan nire hitz gozo eta
leunekin

Zure usaina nire arimaren loretik isuri dadila
Eta arimak zure presentziaren tenplura erakartzeko

Zure ukituak bedeinka dezala nire bihotza
Agian ez du lortuko guztiekin ondo moldatzea eta
harmonian egotea

Nire ideiak landu
Zure bakearen iturrira eramango ditut besteak

Izan zaitez nire betiko gonbidatua
Eta bizi nire lasaitasunaren eta pozaren tenpluan

Ez zaitut inoiz ahaztuko, Jauna
Ez dut bizitzako bideak zu gabe ibiliko

Denboraren bideetan galdu nintzen
Bidea erakutsi eta zuregana itzuli nauzu

Eman iezadazu emozio-irrika izugarriak
Eta zuri debozio biziaren oihartzunean
Utzi zure ahots bedeinkatua entzuten

* * *

:Irakasleak ikasleetako bat animatuz esan zuen

Tranpa okerretan erortzea eta estropezu egitea aldi
baterako ahultasuna baino ez da

Ez pentsa bizitzako labirintoetan galduta zaudela eta
ezingo duzula berriro bidea aurkitu. Erortzen zaren lur bera
euskarri eta oinarri gisa erabil daiteke berriro jaikitzeko, zure
.esperientzietatik ikasten baduzu

Zure bizitzan akats zehatzak identifikatzen badituzu eta
ez errepikatzea erabakitzen baduzu, berriro erori arren,
erorketa horren eragina askoz txikiagoa izango da batere
.saiatu ez bazina baino

Ez genuke espero behar gure saiakera guztietan
arrakasta izatea

Gure saiakera batzuk huts egin dezakete, baina beste
batzuk arrakastatsuak izango dira

Jakin ezazu arrakasta eta porrota elkarri lotuta daudela;
bata edo bestea ezin dira bestearengandik independenteki
existitu. Beraz, ez genuke harroputz edo harroputz bihurtu
behar arrakasta handia lortzen badugu, ezta etsi edo amore
.eman behar porrota jasaten badugu ere

* * *

Esaten da irakasle ospetsu batek bere bizitzaren zatirik
handiena osasun txarrean bizi izan zuela. Berrogei urte bete

aurretik, bi nerbio-krisi izan zituen eta bihotzeko gaixotasun
.larri bat garatu zuen

Oso zaila egiten zitzaion bere lana jarraitzea, eta bere
egoera okerrera egin zuen egunak aurrera joan ahala,
ibiltzeko eta eskolak emateko zailtasun handiak izan arte,
mugimendu fisiko txikiak ere min izugarria eta itolarria
.eragiten baitzion

Azkenean -luze izan bedi zuen bizitza-, medikuek esan
zioten egunak zenbatuta zituela, eta medikuen
diagnostikoak areagotu egin zuen bere babesgabetasun eta
.etsipen sentsazioa

Handik gutxira, erretiro espiritual inspiratzaile batera
joan zen, gauzak ikuspegi berri batetik ikusteko aukera
.eman ziona, eta Jainkoarengandik hurbil sentitu zen

Arratsalde hartan paseatzera joan zen eta pinudi batean
sartu zen eta zuhaitz enbor batean eseri zen atsedean
hartzeko, eta bere izate osoz otoitz egiten aurkitu zuen bere
burua, Jainkoari bihotz-bihotzez eskatuz senda zezan eta
.bere ezintasun fisikotik askatzeko

Orduan, Jainkoari eskatu zion berarengana etortzeko,
.bere bizitza hartzeko eta bere egoera fisikoa zuzentzeko

Honela esan zuen alderdi honetan: “Basoan,
Jainkoarekin lotura bat nuen, eta nire gorputzeko zelula
guztiak jainkoazko presentziarekin dardarka zeudela sentitzen
.”nuen

Egun batzuk geroago, mendi bat igotzea lortu zuen, lehenago inoiz egin ezin izan zuen jarduera bat. Honela esan zuen: "Mendiaren gailurrera iritsi nintzenean, beldurra eta ahultasuna sentitu ninduten eta ez nituen gehiago sentitu Ordutik, bihotz berri bat taupaka ari dela sentitu dut ."

"bularrean

Eta horixe gertatu zen benetan, bere bizitasunagatik, energiagatik eta literatura-ekoizpen oparoagatik ezaguna egin baitzen, eta medikuek egindako diagnostiko horren .ondoren ia berrogei urtez bizi izan zen

Askotan, gure pentsatzeko eta jokatzeko moduak aldatzera behartuta aurkitzen garenean —beharrez edo minez—, Jainkoari amore eman eta berriro hastera behartuta gaude. Sormen prozesua orduan hasten da, eta bizi-indarra oztoporik gabe isurtzen da gure pentsamendu eta gorputzetara. Horregatik, benetako eraldaketa espiritualak .sufirimendu psikologiko edo fisiko kritikoan gertatzen da

Utzitearen Otoitza" izeneko erregu bat dago, non" :erregutzaileak hau esaten duen

Jauna, une honetan arazo honi aurre egiten ari naiz," baina emaitza zure esku dago, ene Jainko maitea. Zure agindua da, eta zure nahia onartuko dut eta pozik egongo ."

"naiz niretzat nahi duzunarekin

Jakina, askorentzat zaila da modu honetan zintzotasunez otoitz egitea, norberaren borondatea eta "egoaren" nahiak

alde batera uztea esan nahi baitu, eta hau da pertsona
batentzat gauzarik zailenetako bat. Hori egiteko gai denak
.Jainkoarengan konfiantza osoa erakusten du

Baina horrek ez du esan nahi pasibo eta menpeko
bihurtu behar garenik, Jainkoak gure arazo guztiak gure
aldetik inolako ahaleginik gabe konpontzea espero behar
dugunik "Eta esan: 'Lan egin!'", ekintzarik gabeko fedea
.bizigabea baita

Pertsona bat gela batean eserita badago, atea giltzaz
itxi eta Jainkoak aberastuko duela ziurtatzen jarraitzen badu
ezer gehiago egin gabe, Jainkoak ez dio bere otoitzari
erantzungo, aberasteko lan egin behar duelako edo beste
.edozer gauza egin behar duelako

Lanik" edo ahalegin espiritualik gabeko fedeitsuak"
arrazoiaren argia itzaltzen du, baina pertsona batek bere
adimena erabiltzen badu, ekintza logikoak egiten baditu eta
jarduera eraikitzaileetan parte hartzen badu, jainkozko
.arreta jasoko du eta jainkozko erantzuna lortuko du

* * *

Benetako adiskidetasuna mundu honetako edozein
aberratasun baino handiagoa da
Bihotzean maitasuna dutenek benetan ezagutuko
dituzte besteak
Kristalezko botila garden batetik begira eta barruan zer
.zegoen ikusten ariko balitz bezala da

Besteak modu honetan ezagutzea Jainkoa maitatzetik
.eta besteak maitasun horrekin maitatzetik dator

* * *

Irudian: Paramhansa maisua bere adiskidetasuna
baloratzen zuten, berarekin komunikatzen saiatu ziren eta
berarekin topo egiteaz gozatu zuten bere lagun natibo
.amerikar batzuekin

Askotan aldatzeko gai ez garen egoeretan harrapatuta
aurkitzen gara. Bururatzen zaigun guztia egiten dugu,
besteak beste, Jainkoari zinez otoitz egitea gure egoera
aldatzeko, guretzat onena dela uste dugun moduan. Hala
ere, irrikatzen duguna —laguntza ekonomikoa, osasuna edo
beste edozer— agian ez da gauzatuko, etsipena eta etsipena
.sentiaraziz

Baina gure baitako jainkozko boterearekin konektatzeko
gai ez garenean, amore ematearen esanahia ulertzen ez
.dugulako da

Gizon jakintsu batek behin aholkatu zuen arazo guztiak
meditazioaren bidez konpondu daitezkeela, baina jende
gehienak ez du konturatzen meditazioa ez dela Jainkoa
ulertzea edo berarengandik beste ezer lortzea. Lehenik eta
behin, Jainkoarekin dugun lotura aitortu behar dugu eta gure
bizitzan oztopo gisa dagoen eta gureganako jainkozko
boterearen fluxua mugatzen duen ego txikia edo "egoa"
.askatu

Badago istorio bat zortzi urtez elbarri eta gaixo egon zen
emakume bati buruz, etengabe Jainkoari sendatzeko otoitz
egiten zion, bere lana berriro hasteko aukera izan zezan.
Azkenean, bere alferrikako saiakerek zapuztuta, Jainkoaren
:nahiari amore eman zion, honela otoitz eginez

Nire bizitza zure eskuetan jartzen dut, Jauna. Elbarri eta"
ezindu jarraitzea nahi baduzu, hori zure kontua da, baina
osasuna baino gehiago nahi dut zuregandik, eta zurea da
."nahi eta egiten duzuna

Bi aste barru guztiz sendatu zen eta gaixorik zegoen
ohetik irten zen

Paradoxikoa dirudien arren, ideia nagusia da askotan
Jainkoari gure nahia egiteko eskatzen saiatzen garela, bere
interesetik eta berekoikeriatik sortutako erreguak otoitzaren
bideak blokeatzen dituztela. Zalantzarik gabe, Jainkoak bere
buruari laguntzen diena laguntzen du, eta zenbat eta
gehiago entrenatu gure nahia jainkozko nahiarekin bat
etortzeko, orduan eta bedeinkatutako botere gehiago
.ekartzen dugu gure bizitzetara

Baina batzuetan gure borondatea ez dago jakinduriak
gidatzen, baina gure interesekoa ez den zerbait lortzen
tematzen gara, eta Jainkoak ez du esku hartzen gure
.egoerak aldatzeko

Gure baliabide propioak batzuetan nahikoak izan
daitezke gure egoerei aurre egiteko, baina geroago gure

kontrolpetik kanpo dauden erronka larriei aurre egiten diegu,
egoera zailean utziz. Hala ere, gure egoa alde batera utzi eta
zintzo eta sutsuki otoitz egiten badugu, "Egin bedi zure
nahia, Jauna, eta ez nirea", gure bihotzak irekitzen dizkiogu
gidaritza-jarioari, eta jainkozko boterea eta bedeinkapen
.ugariak isurtzen zaizkigu

Gure arazoak konpontzeko ahal dugun guztia egin
arren, konturatu behar dugu gizakiaren boterea mugatua
dela eta Jainkoaren botere mugagabeari ireki behar diogula
geure burua, baina badirudi askok erabateko
babesgabetasuna jasan behar dutela egia hau konturatu
.aurretik

Badago ereserki bat honela dioena: "Trabatuta
."nagoenean, askatzera zatoz

Eta hori da Jainkoak irakasten diguna, azken finean,
bera bakarrik dela gai egoera zailak aldatzeko eta arazo
.konponezinak konpontzeko

* * *

Jainkoak gure otoitz guztiak entzuten baditu ere (bisita
gaitzakeen)
Baina ez du beti erantzuten

Gure egoera amari deitzen dion haur txiki baten
.antzekoa da
Baina amak ez du beharrik ikusten harengana etortzeko

Beraz, jostailu bat bidaltzen dio entretenituta eta lasai
mantentzeko

Baina haur batek beste ezerk kontsolatzeari uko egiten
dionean
Ama bera bakarrik etortzen zaio

Era berean, Jainkoa ezagutu nahi duenak
.Haur bat bezala izan beharko luke
Amaren ordezeko presentziarekin pozik ez dagoena

garapen magnetikoa

Pertsona batek nahi duen magnetismoa garatu dezake,
Jainkoaren botere gorena erakartzeko, botere mentalak
.eskuratzeko edo eguneroko bizitzako beharrak erakartzeko

Jainkoak gorputz bat eman dio gizateriari, eta zaindu
egin behar dugu. Magnetismo fisikoa ondasun
materialerako eta indar mentalerako soilik lantzen eta
erabiltzen dutenak, azkenean, engainatuak izango dira. Hala
ere, magnetismo espirituala lantzen dutenek ikusiko dute
botere bedeinkatu hori beren beharrei erantzuten eta beren
.desio material guztiak betetzen

Badago eraginkortasunez funtzionatzen duen lege
unibertsal bat, eta nire bizitzan bizi izan dut eta
.funtzionatzen duela baieztatu dut

Ezinbestekoa da pertsona batek gorputz sendo eta osasuntsu bat izatea, gogoaren aginduei erantzuten diena. Imaginatu pertsona geldo eta motibaziorik gabe lanera doana anbiziorik edo energiarik gabe, eta gero imaginatu zaldi bat lasterketa-pistan lasterka egiteko prest, abiatzeko seinalea jasotzen duen bezain laster. Horrela izan beharko luke .gorputzak

Batzuetan, osasun onean dauden eta gaztetasunaren energia duten adineko pertsona batzuk ikusten ditugu Beren gorputzak gazteak eta magnetismoz beteak dirudite, eta adina izan arren, nortasun erakargarriak .dituzte

Makurtu eta makurtu egiteak energia xurgatzen du. Behatu nola esertzen den jendea bere eserlekuetan; batzuk makurtuta eta loguratuta daudela dirudite, hainbeste non, ikusten dituzun unean, nekatuta sentitzen zaren. Beste batzuk zutik esertzen dira, eta badakizu presentzia bizia .dutela; begiratzen diezun unean, haiekin konektatzen zara

Makurtuta eta arduragabetasunez eserita egotea baimentzen duenak bizkarrezurraren kurbadura eta tolestura eragiten du jarrera okerrarekin. Esertzeko modu honek egoera psikologikoan ere eragina du eta pentsamendua .negatibo bihurtzen du

Zutik eta jarrera ona dutenak positiboagoak eta baikorragoak dira. Zirkunstantzia bereziengatik zutik eseri ezin direnek, berriz, baikortasunarekin, ikuspegi positiboarekin eta presentzia mental sendoarekin .konpentsatu dezakete hori

Beti arreta jarri egiten ari zaren horretan, txikia edo
hutsala iruditu arren, aldi berean malgua mantenduz,
beharrezkoa izanez gero beste interes batera aldatu ahal
izateko. Baina, batez ere, egin dena kontzentrazio osoz,
.horrek zure karisma asko hobetuko baitu

Edozein arlotako negozio-gizon arrakastatsu gehienek
oso ondo dakite nola erabili energia magnetikoa

Autokontrolak abantaila magnetikoa ematen dio
norbanakoari, baita emozio eta pasioek eraginik gabeko
.gogo orekatua izateko gaitasuna ere

Magnetismoa agertzeko, grina emozionala indar,
jarduera mental bihurtu behar da, eta jakinduriak emozioak
.kontrolatu behar ditu

Adimenak emozioekin konbinatuta magnetismoa sortzen
du Magnetismoa duen pertsona batek konfiantzaz hitz egiten
.du

Arrazionalki hitz egiten du, baina bere hitzak emozioz
josita daude. Esaten eta egiten dugun guztian zintzoak izan
behar dugu, baina zintzotasunak ez du esan nahi besteak
.haserretzea edo lotsaraztea

Barazkiek eta fruituek propietate magnetikoak dituzte,
batez ere fruituek, ez baitute digestio-prozesua oztopatzen
edo oztopatzen, eta proteina eta almidoiak gehiegizko

kontsumoak, berriz, toxinak gorputzean metatzen laguntzen
.du

Edozein organo gaixok desoreka sortuko du gorputzean.
Urdaila, bereziki, osasuntsu eta sendo mantendu behar da;
adibidez, urdaileko gasak ondoeza eragiten du eta, beraz,
.magnetismoari eragiten dio negatiboki

Janari kantitate handiak kontsumitzeak ondorio
desatseginak ditu, baraualdiak norberaren magnetismoa
agerian uzten laguntzen duen bitartean, noizean behin
otordu batzuk saltatzeak bezala, baina horrek ez du esan
nahi norberaren osasuna kaltetzeko punturaino gosez hil
.behar denik

Egunean hiru aldiz haragia jaten dutenek ikusmen ahula
eta magnetismo gutxi dute. Hala ere, elikadura egokia ez da
nahikoa; beharrezkoa da pentsamendu sendoa, portaera
.noblea eta bizitzako bideetan zuzen ibiltzea

* * *

Beti fidatzen bazara

Konfiantza osoa, zalantzarik gabe

Jainkoaren indarra zure baitan lanean ari dela

Zure pentsamenduen, otoitzen eta usteen atzean

Botere mugagabea emateko

Bizitzako egoera guztiei aurre egiteko

Eta Jainkoa zurekin dagoela sinesten baduzu

Bere zaintzak zure urrats guztietan laguntzen du

Beti sentituko dituzu haren bedeinkazioak

Eta haren presentzia sentitu

Zure bizitzako alderdi guztietan

* * *

Jainkoa maitasuna da, eta sorkuntzarako bere plana ezin
zen maitasunetik beste ezertatik sortu edo errotu. Ez al dio
ideia soil horrek giza bihotzari beste edozein logikak baino
?erosotasun eta itxaropen gehiago ematen
Egiaren muinera iritsi diren jakintsu guztiek jainkozko
plan unibertsal baten existentziaren lekuko izan dira, eta
.ederra eta plazerrez betea dela

Jainkoak energiaren aingeru gisa sortu gintuen,
bizitzaren korronteetan inguratuta, lanpara fisikoen bidez
.isurtzen direnak

Baina lanpara fisikoaren hauskortasunean eta
ahultasunean jartzen dugun arretagatik, ahaztu egin zaigu
nola sentitu lanpararen barruan dagoen betiko bizitza-
energiaren propietate betiereko eta iraungiezinak, zeina
.gorabehera eta aldaketen menpe dagoen
,Mundu honetako kontzientzia gainditzten duzunean
Ez zarela ez gorputza ez adimena konturatzea
Hala ere, zure presentziaren jakitun zara
Zure benetako izaera kontzientzia puru eta mugagabea

da

Unibertsoko guztia daukana
Jainkozko maitasunak desio material guztiak garbitzen
ditu eta anbizio noble eta aspirazio gorenetan eraldatzen
ditu, eta bihotza sendatzen du maitasun sendoaren, ulermen
ziurren eta elkarrekiko errespetuaren oinarri sendoetan
oinarritzen ez diren harremanek edo maite baten heriotzak
.eragindako minetatik
Jainkoa guztiz maite dugunean, ezin gara beste inongo
maitasunekin ase, maitasun handiago horren parte ez bada
behintzat, eta jainkozko maitasun horretan aurkituko dugu
bihotz guztien maitasuna, Jainkoa baita unibertsoko
.maitasunaren iturria
Munduak ematen dizun eta gero kentzen dizun guztia,
atsekabea, minez edo frustrazioan utziz, Jainkoarengan
aurkituko duzu neurri handiagoan eta etsipen eta
.atsekabearen ondoriorik gabe
Nire irriken sarea bota dut
Nire pentsamenduen itsaso zabalean

Askotan ahaztu zitzaidan burutik
Oi Jainkozko Maitasuna
!Ai, harrapakin preziatua
Hala ere, urpekaritzan jarraitzen dut
.Bakearen sakonean

Eta etengabe, nire maitasunaren sarea zuregana
botatzen dut
Bata bestearen atzetik
Egunen batean harrapatu beharko zaitut
Zureganako nire irrika amaigabea sare bat da

Nire maitasun sare hau edonora botatzen dut
Bizitzaren olatu nahasien gaineratik
Eta izar distiratsuei buruz
Eta arima onen sakonean

Dakidan guztia ehiztaria naizela da
Eta harrapatzen saiatzen jarraituko dut
Oi, existitzen den desiorik maiteena eta altxorrik
!handiena

* * *

Ohiko sendatzaile espiritualek edo apaizek ez dute
bekatuak barkatzeko edo aholku bila etortzen zaizkien
bekatariak askatzeko ahalmenik; egin dezaketena errezeta
.espiritualak ematea da, ez besterik

Jainkoa ezagutzen dutenek oso aurrerapen espiritualeko
mailara iritsi dira, non ez diren konformatzen bekatariei
aholku espiritualak eskaintzearekin, baizik eta -Jainkoaren
grazia eta laguntzarekin- botere espirituala eman
.diezaiekete beren bekatuen ondorioetatik askatzeko

Ekintza on eta txar guztiak garuneko zeluletan latente
daude eta pentsamenduan ohitura edo joera on edo gaizto
.gisa agertzen dira

Ohitura osasungaitzak dituen pertsona batek, bere
garuneko zelulak ohitura horien botereaaz kargatuta
daudelako, bere burua askatu dezake borondatearen,
meditazioaren, otoitz zintzoaren eta etengabeko baieztapen
positiboen bidez, bere ohitura desegoki guztiak bake eta
.lasaitasun ohitura on bihurtu arte

Hori gertatzen da behar bezala zuzendutako bizi-
indarrak garuneko zelulen izaera anormala aldatzeko lanean
diharduenean, zelula horiek on, zuzen eta eder den guztiaz
.bete daitezen

Horrek esan nahi du ideia faltsuz betetako garuneko
zelulak jarduera biziaren bidez erretzen direla, garunean
sendo biltzen direnean eta helburu noble eta
.onuragarrietarako erabiltzen direnean

Bere gorputz fisikoari oso lotuta dagoen pertsona batek
bere jarduera bizia bere gihar eta zentzumenekin lotuta
mantentzen du, baina joera espiritual kontenplatiboak dituen
norbaitek bere giharrak eta gorputza erlaxazio aktibo
egoeran mantentzen ditu, eta adimena zentzumenetatik
urrun, bizi-indarra nerbio-sisteman geratzeari utzi eta
.garunean pilatu dadin

Horregatik, meditazioa da garuneko zelulak
espiritualizatzeko eta nahi ez diren ohituren sustraiak
.burutik desagerrarazteko modurik eraginkorrena

Ohitura boterea da, eta jendeak botere hori gaizki
erabiltzen du ekintza gaiztoak eginez, ekintza onetan erabili
.beharrean

Ezjakintasunak, hausnarketa faltak, konpainia ona
aukeratzeko porrotak eta ekintza onak alde batera uzteak
askotan pertsona bat ohitura txarren tranpetan eta
amarruetan eramaten dute, eta hauek haren gainean
ibiltzen den pertsona bere borondatearen aurka irensten
.duen hondar mugikorraren antzekoak dira

Laguntasunaren eragina borondate-indarra eta epaiketa
:ona baino indartsuagoa da

Ez egin adiskidetasunik pertsona gaizto batekin,)
(pertsona gaizto batek zure izaera hondatu baitezake

Jende jakintsuak ahaleginik gabe nobleki jokutzen du,
kaltea maite dutenek, berriz, ohituraren indarrak ekintza
kaltegarriak eta gorrotagarriak egitera behartuta daudela
.dirudi, bekatua eta gaiztakeria egitera behartzen baititu

Jainko Ahalguztidunari eskatzen diogu pentsamendu
onekin inspiratzeko
Ongia eta edertasuna ikus ditzagun
Onuragarria dena eta kaltegarria dena bereizten dugu
Eta harengana jo dezagun
Eta espero dugu hori
.Ongi guztien iturria
Eta ontasun guztien iturria

* * *

Bizitza honen itzalen atzean Jainkoaren argi harrigarri
eta miragarria dago

Unibertso osoa bere presentzia bedeinkatuaren tenplu
zabala da

Jainkoaz modu serio eta sakonean pentsatzen dugunean
Eta maitasun izugarri batez maite dugu
Erabat fidatzen gara harengan
Ate ugari irekitzen zaizkigu aurrean

Eta bere argia ikusten dugunean
Eta haren presentzia sumatzen dugu
Bizitzako gertaera ikaragarri eta izugarri guztiak ezin
Bakea eta lasaitasuna lapurtzeko
Jainkoarengana hurbiltzen gaituzten gauzak

* * *

Bizitzan eta heriotzan
Gaixotasunean eta gosetean
Edo pobrezia eta miseria
Eta munduaren gorabeheren, nahasmenen eta
asalduraren artean
Zuregan bilatzen dut babesa, Jauna, beti

?Zer da maitasuna
Maitasuna lili loratuen usaina da
Eta arrosa isilen korua
Naturaren edertasuna ospatzen

Maitasuna bizitzarentzat abesten duen arimaren abestia
da

Eta planeten dantza erritmiko orekatua
Bere etengabeko bidaian espazio sakonean

Loreen egarria da eguzki-argia zurrupatzeko
Eta loratzen eta bizitzaren elixirrak elikatzen du

Lurraren irrika da
Sustrai egarrituak bere esnearekin elikatzeko
Eta izaki bizidunak bizitzaren esentziarekin elikatzeko

Eguzkiaren nahi handia da
Izaki guztiak aktibo mantentzeko
Bizitzaren motorra da
Adingabeei babesa eta zaintza emateko

Haurrarekiko gurasoen maitasuna pizten duen
xalotasunaren irribarrea da
Maitaleen bihotzetan dagoen men egite espontaneo da
Doako zerbitzua eta doluminak eskaintzea

.Adiskidetasunaren taupadak dira
Bihotz hautsiak sendatzen eta zauriak sendatzen
dituena
Deskribapenari aurre egiten dion bihotzeko dei bat da

Gizateriarekiko maitasunez gainezka dagoen poeta da
Bere miseria pairatzen duena

Familia bereko kideen arteko intimitate zirkulua da
Espazio handiagoetarantz etengabe hedatzen eta
zabaltzen
Eta eremu zabalagoak

Bizitzaren xuxurla da
Adimen irekien horizonteetan
Eta bihotzen zerua sentimendu nobleen izarrez josita

Maitasuna arimaren zoriona da
Arima maitekorren nahia
Eta harengana iritsi eta harekin komunikatu nahi du

* * *

Heriotza -luzeak izan daitezela zuen bizitzak- ez da
amaiera, baizik eta gizakiari ematen zaion aldi baterako
askapena, justiziaren lege unibertsalak erabakitzen duenean
bere egungo gorputzak eta inguruneak beren helburua bete
dutela, edo hain deprimetuta, nekatuta edo sufritzen hasten
.denean, non ezin dituen lurreko existentziaren zamak jasan

Sufritzen ari direnentzat, heriotza berpizkundea da edo
gorputzaren tormentu mingarrietatik askatzea, bakearen,
.lasaitasunaren eta atsedaren esnatzera

Adinekoentzat, urteetako borrokaren eta bizitzaren
erdigunean egindako lan gogorraren bidez irabazitako
.erretiroa da

Arima on guztientzat, atsedenaldi ongi etorria da

Gizateriak egia agerian uzten duten bere barneko
botereak aktibatzeke garaia da. Zoriontasuna errebelazio
honekin lotuta dago, eta barne-horizonte horietara iritsi nahi
dutenek ahalegin handia egin eta beren adimena ideia
sortzaileekin elikatu behar dute, Jainkoak haien baitan jarri
dituen egiak ukitzeko eta haien izatean ugariak diren botere
.bedeinkatuetatik etekina ateratzeko

Nork nahi ditu zentzumen fisikoak zoriontasun
?espiritualaren nektarra dastatu gabe
Jainkozko iturburutik inbertitzen du, asebetetze eta
plazer guztien iturritik, modu galtzailean, beraz, bere
negozioa huts egiten du eta bere ekoizpen intelektuala
.eskasa da

Jainkoa ezagutu nahi dutenek Jainkoak beteko du beren
nahia, eskuzabala eta onbera baita. Hala ere, jende gehienak
munduko desioen atzetik dabil, irauten ez duen zoriontasun
materialarekin kontsolatuz, eta hori lortzeagatik edo
!lortzeagatik sufritzen dute

Finantza aldetik arrakasta dutenek ere hutsune bat
sentituko dute azkenean beren bizitzan, eta zaila da
betetzea. Jainkoarekin beren bizitzak lotzen dituztenak,
ordea, aberatsak, boteretsuak dira eta pozik eta
.oparotasunez gozatzen dute

Jakinduriaren aginduak alde batera uzteak eta
kontzientziaren ahotsa alde batera uzteak bide oker,
irristakor, arriskutsu eta tamalgarrietara eramaten gaitu,
zuzentasunaren bidea jarraitzeak, berriz, kateetatik askatzea
eta zuzena dena egiteko boterea eskuratzea dakar, ez sen
.okerrek eta ohitura engainagarriek agintzen dutena

Zoriontasuna bilatzen dutenek bizitzako arazoei aurre
egin eta horiei irtenbideak aurkitu dizkieten pertsona
.jakintsuen esperientziaz baliatu daitezke

Izan ere, jainkozko helburuekin bat egiten duenak
poztasun eta lasaitasun itsaso batean igeri egiten du, eta
.benetan zorte onekoa da

* * *

Gure pentsamendu bakoitzak bibrazio espezifikoko bat
sortzen du

Jainkoa zure izate osoarekin, gogoarekin eta gorputz-
adarretan pentsatzen duzunean - eta "Jauna" behin eta
berriz xuxurlatzen duzunean zure baitan, bibrazio indartsu
bat sortzen duzu, jainkozko presentzia zure bizitzara
.ekartzen duena

Jainkoa gure betiko maitea eta gure etengabeko laguna
dela konturatzen garenean, eta gureganako duen maitasuna
beste edozein maitasun baino handiagoa dela, orduan bere

hurbiltasuna sentitzen dugu eta bere presentzia ukitzen dugu, eta gure bihotzak lasaitzen dira eta bake espiritual .gorena sentitzen dugu

Jainkoarengan meditatzen duzunean eta bihotzean eta gorputz osoan gero eta poz handiagoa sentitzen duzunean, eta noizean behin poz horren eztrandak etortzen zaizkizunean, jakin ezazu Jainkoak zure bihotzeko irrikak erantzun dituela eta bizitzen ari zaren zoriontasun .sentimenduak erantzun bedeinkatu horren froga direla

Ohiturak tresna eta mekanismo psikologiko automatikoak dira, beharrezko zereginak erraz eta .ahaleginik gabe burutzen laguntzen dutenak

Askok ahultasunaren eta porrotaren ohiturek esklabo bihurtzen dituzte, eta pertsona batek bere burua babestu dezake beste modu batera bizi bada, baldin eta ohitura kaltegarriei aurre egiteko serio hartzen badu segurtasunera .eta garaipenaren kostaldera iritsi arte

Desira neurrigabeek ohitura osasungaitzak sustatzen dituzte, zoriontasun ilusorioaren eta aldi baterako gogobetetzearen itxaropen eta promes faltsuekin elikatuz .eta justifikatuz

Ahultasun eta nahasmen une horietan, ohitura desegokiak gainditu nahi dituen pertsonak bere gaitasun bereizgarriak erabili behar ditu bere benetako izaera .ulertzeko eta modu eraginkorrean aurre egiteko

Ohitura txarrek ondorio latzak eta fruitu mingots eta
pozoitsuak dituzte

Ohitura suntsitzaile hauek, kontrolatzen ez badira,
indartsuago bihurtuko dira, pertsona bere atzapar sendoetan
.eta eragin izugarrian mantenduz

Behin adimena ohitura horien alferrikakotasunaz eta
kalteaz konbentzituta dagoenean, haien eragina gutxitu
egiten da eta azkenean gizakiaren bizitzatik desagertzen
.dira

Horrela pentsatzen dugu, horrela gara

Gure pentsamenduen joera ezagunek gure talentuen,
gaitasunen eta nortasunaren izaera zehazten dute

Batzuek idazleak, artistak, langileak edo alferrak eta
alferrak direla uste dute, eta abar. Baina zer gertatuko
litzateke orain zarena ez den beste norbait izan nahi izango
?bazenu

Esan dezakezu pertsona batzuk jaiotzez zuk ez dituzun
baina edukitzea gustatuko litzaizukeen talentu bereziekin
direla. Hori egia da. Baina aurretik gaitasun horiek garatzen
edo edukitzeko nahia lan egin dute. Bizitza honetan ez bada,
.aurreko batean

Beraz, orain hasi beharko zenuke zer izan nahi duzun
.zehazten

Edozein orientazio txertatu eta ezarri dezakezu zure
kontzientzian oraintxe bertan, baldin eta ideia sendo bat
zure buruan sartzen baduzu, eta orduan zure ekintzak bat
etorriko dira eta zure izaki osoak ideia horri erantzungo dio
.eta horren arabera jokatu du

* * *

Kontzientzia espirituala maitasunaren sehaskan jaiotzen
da, eta hau neurrigabe handiagoa da gorrotoaren botere
.suntsitzailea baino

Besteekiko esaten edo egiten dugun edozer maitasunak
bultzatuta egon behar du

Ez diegu besteak kaltetu edo kondenatu behar, baizik
eta maitatu eta Jainkoak ematen dizkigun bedeinkazioak
.haiekin partekatu behar ditugu

Gure jabetzako gauzak ez dira benetan gureak; aldi
baterako erabiltzeko eman zaizkigu, eta mundu hau uzten
.dugunean kenduko dizkigute

Jabetzaren gainetik altxatu eta ahal duguna eman behar
dugu; orduan automatikoki ontasuna eta bedeinkapenak
.ekarriko dizkiogu geure buruari. Emateko, ematen da

Askotan ez nuen zentimo bakar bat ere, baina jainkozko bankuan oinarritzen nintzen, eta oparotasun santuak .lagundu zidan eta jainkozko botereak babestu ninduen

Jainkoarengan eta haren laguntzan dudan fedea da bizitzako berme gorena, ez baitzait inoiz hutsik egin edo .etsitu

Kontzientzia espirituala duzunean, edonora zoazela eta zure beharra edozein dela ere, lege unibertsalak hura .zuretzat betetzeko lan egingo du

Sorkuntza begiekin behatzea

Paramhansa Yogananda maisua

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

Zein miragarria den unibertso hau! Bertan, Jainkoak bere sorkuntzaren mirariak irudikatzen eta gorpuzten ditu. Gizakiak ez lukete hildakoen moduan ibili behar mundu honetan, baizik eta hausnartu, ikusten dutena aztertu eta Jainkoak eta bere ordezkariak lur honetan egin dutena estimatu. Zein zehatza den egitura kosmikoa! Sortu ginen modua eta sorkuntzaren makinaria lege kosmiko baten arabera funtzionatzen duen sistema antolatua zehaztasunaren eta perfekzioaren eredu dira (gauza guztiak perfekzionatu zituen Jainkoaren lana).

Guztiok ikusten ditugu loreak eta gozatzen dugu haien edertasunaz eta fintasunaz, baina nork du loreen existentziaren sekretua jakiteko gaitasuna? Pertsona batek egunero ikusten duen guztia osatzen duten bitartekoak eta materialak pentsatu eta hausnartu behar ditu, liburu bat, musika-tresna bat, etxe bat edo zuhaitz bat izan.

Adibidez, autoak askotan berezkoak direla ematen da. Baina muntatzen eta ekoizten diren lantegiak bisitatuko bazenitu, konturatuko zinateke zein konplexua eta korapilatsua den haien diseinua. Kontuan hartu, halaber, zer egiten den eguneroko egunkarietan eta zer inprimatzen dituzten makinak. Giza esku batek ezingo luke hain abiadura handian lan egin.

Gizakiek egindako gauzak hain konplexuak eta elkarri lotuta badaude, zer gertatzen da landareen, animalien eta gizakien sorreraren konplexutasun infinituarekin!

Hamar urte behar dira medikuntza ikasteko gorputzaren osaera eta beharrak ulertzeko, eta hori gauza normala dirudi.

Landare bat hazkuntza-fase goiztiarrean dagoenean uretan, beirazko ontzi batean, bere sustraiak ile finen antza dute. Hala ere, landatzean, jainkozko adimenez betetako eta sustraietan dagoen energiak landareari lurzorutik eta uretatik hazteko beharrezkoak diren mantenugaiak xurgatzea ahalbidetzen dio.

Ez al da benetan harrigarria landare baten hostoak elikatzen dituen izerdia grabitatearen aurka gorantz isurtzea? Landare-zurtoin edo zuhaitz-enbor baten azala kenduz, izerdi horren fluxua erregulatzen duten hodian funtzionamendu korapilatsua ikus daiteke. Elikadura eta hazkuntza prozesu honen atzean dagoen indar eragilea bizitza bera izeneko misterio bat da.

Jainkozko kontzientzian nagoenean, bizitza hautematen dut belar-zuntzetan ere; inoiz ez nuen amestu sorkuntzaren mirari ezkutuak ikusteko gai izango nintzenik. Mirari hauek kontenplatzea Jainkoaren maiestatearen eta aintzaren aurrean miresmenez eta errespetuz egotea da.

(Eta pertsona apal eta otzan baten ibileraz ibili nintzen)

(Jainkoa ez da harroa ezta arrogantea ere)

Zehaztasun handiz, jainkozko borondateak izaki bizidun ororen forma ordenatu du, baita haren biziraupenerako, mantentzerako eta egoera onean eta bere funtzioak betetzeko gai izateko beharrezko eskakizun guztiekin ere. Elikadura-eskakizun hauetan gabeziaren bat gertatuko balitz, adibidez, landareek, animaliek eta gizakiek sufrituko lukete ondorioz.

Batez besteko pertsona batek gorputzak behar dituen elementu kimiko guztiak lortzen ditu janaritik. Hala ere, jende askok ez ditu nutrizio-jarraibideak alde batera uzten, beharrezko elementu guztiak edo osasun onerako ezinbesteko nutrizio-oreka falta duten dietak kontsumituz. Nutrizio desegokia gizakien gaixotasun askoren kausa nagusia da. Nutrizio-gabeziek ia berehala nabaritzen dute eragina osagai kimiko esentzial batzuk gabe geratu diren landare batean.

Gizakien eta izaki bizidun guztien artean ezinbesteko trukea dago Gizakien eta animalien arteko elkartrukea ezaguna da Gizakiek oxigenoa arnasten dute eta karbono dioxidoa botatzen dute, eta zuhaitzek, berriz, karbono dioxidoa eta ura xurgatu eta gordetzen dituzte, eta hauek fotosintesiaren bidez deskonposatzen dira karbohidratoak sortzeko (karbono, oxigeno eta hidrogeno konposatuak, hala nola almidoiak eta azukreak).

Prozesu honetan, zuhaitzek gizakientzat ezinbestekoa den oxigenoa askatzen dute. Fotosintesia gauez gelditzen da, eguzki-argiaren menpe baitago. Hala ere, arnasketa izeneko beste prozesu baten bidez, zuhaitzek etengabe askatzen dute karbono dioxidoa atmosferara, batez ere

gauez, fotosintesiak ez duenean kontrako efekturik egiten, karbonoa xurgatu eta oxigenoa sortzen baitu.

Gauez, airea normalean lasaia izaten da, eta karbono dioxido astuna lurzorua ondoan metatzen da. Horregatik garatu zen, neurri batean, oheetan lo egiteko ohitura, hau da, lurzorua mailaren gainetik.

Zientziak unibertso honen mekanismo konplexu asko agerian utzi dizkigu —guztioak osatzen gaituzten elementuak—. Baina oraindik ezagutza kopuru handia dago argitzeko. Gure zentzumenen botere latenteak landuko bagenitu, ulermen sakonagoa eta aberatsagoa lor genezake. Badira gure begiekin ikusi beharko genituzkeen gauzak, baina ez ditugu ikusten. Gure belarriekin entzun beharko genituzkeen gauzak, baina ez ditugu ikusten, gure zentzumenak mundu fisiko trinko eta mugatuaren esperientzietara ohituta eta haien menpe baitaude.

Atxikimendu horretatik askatzea ez da plazer sentsualen ukazioa, baizik eta Jainkoak eman dizkigun gure gaitasun sentsualen esparrua zabaltzea, haien potentzial espiritual osoenera.

Maila fisikoan, gizateriak hainbat modu aurkitu ditu bere ikusmen-gaitasunak hobetzeko. Begi hutsez koloreen inpresio mugatuak baino ez dira jasotzen; hala ere, arroka marroi argi batzuek tonu distiratsuak erakusten dituzte argi ultramorearen azpian. Argi hori blokeatzen denean, arroka jatorrizko kolore ilunera itzultzen dira. Mundu fisikoko kolore asko, hala nola zeruaren urdina, materia-partikula mota desberdinen argiaren islapenaren ondorioz sortutako ilusio optikoak dira. Begiak unibertso guztia osatzen duten bibrazio-sorta mugatu bat baino ezin duenez hauteman, gizakiek ezin dituzte ikusi inguratzen dituen guztian ezkutatuta dauden espektro sotil eta etereoak. Ikusiko bagenitu, haien distira eta edertasunaz harrituko ginateke.

Lurreko kolore bizienak ere tristeak eta tristeak dirudite planeta- edo etereo-erresumaren kolore bikainekin alderatuta.

Horrela, ez begiak ez belarriak ezin dute hauteman daitekeen guztia hauteman. Gizakiak ez dira gai usain etereo eta lurrintsuak arnasteko edo eterren zabaltasunean zehar hedatzen diren forma, irudi eta inpresio delikatu ugari ikusteko.

Gizakiak askotan ez dira gai beren zentzumenen bidezko gauzak hautemateko ere. Ikusmena duten pertsonek edertasuna estimatzen dute nonahi. Beste batzuek begirik ez balute bezala jokatzek dute; ez dute ikusten ez ulertzen —"gorrak,itsuak eta mutuak dira, beraz, ez dute ulertzen"— ezer hautemateko gai ez direlako, leku ederretan ere ez.

Mexikora joan eta Zuquemilco aintzirako "lorategi flotatzaileak" ikusi nituenean, haien edertasunak bihotza bete zidan, eta jainkozko artistaren handitasuna eta handitasuna sentitu nituen. Beste pertsona bat ere bazegoen mirari natural horietan murgilduta zirudiena, baina barne sentimendu batek iradoki zidan ez zuela nik ikusten nuena ikusten. Ikuspegi zoragarri horiei buruzko bere inpresioari buruz galdetu nion, eta erantzun zidan: "Ura husteko modu eraginkor baten inguruan pentsatzen ari nintzen lur gehiago lantzeko".

Ingeniari gisa, aintzira bere ikuspuntutik ikusi zuen. Horrela, denok hautematen ditugu gauzak gure ideien eta aurreiritzien arabera.

Arima oro sentsazio, pentsamendu eta sentimenduen bibrazio ezberdinetan bilduta dago —pertsona baten izaera edo kontzientzia eratzen laguntzen duten faktore guztiak—. Banako bakoitzak konposizio berezia du, bibrazio desberdina. Pertsona batek haurtzarotik egin duen guztia

garunean gordeta geratzen da joera eta inklinazioen kapsula konprimitu gisa. Kapsula ikusezin hauek ikusi ezin ditugunez, jendearen ekintzek harritzen gaituzte, bakoitzak bere kapritxoan arabera. Batzuk erraz mugitzen dira pozak arrazoirik gabe, edo haserretu eta umore txarreko bihurtzen dira azalpenik gabeko moduan, baita eurek ere. Beste batzuk etengabe kezkatuta daude kritikarekin, desadostasuna sortuz, zurrumurruak zabalduz eta besteak agerian utziz, beren barne-niak garbiketa eta purifikazio premia larrian dauden bitartean. Joera psikologiko hauek arima lurperatzen dute eta pertsonari bere potentzial handiagoa agerian uztea eragozten diote. Zein konplexuak eta auto-mugatzailerak diren gizakiak! Pertsona bakoitza, berez, kapitulu anitzeko istorio bat da, gertaera elkarri lotuta eta eszena anitzak dituenak.

Jateaz, lo egiteaz eta lan egiteaz gain, gizakiek bizitzatik zerbait esanguratsua ateratzea espero da. Pentsalariek ingurua hausnartzen dute eta askotan ikusten dutenarekin harrituta geratzen dira. Arretaz behatzen dute eta galdetzen dute zergatik gertatzen diren edo ez diren gauzak modu jakin batean gertatzen Adibidez, hortz multzo bat lortzen dugu, gero bigarren multzo bat, beraz, zergatik ez dugu hirugarren multzo bat ere lortzen? Zergatik funtzionatzen du sistemak horrela?

Gizakiek erraz onartzen dituzte muga naturalen nozio ilusorio asko, zalantzan jarri gabe, eta horrela, nozio horiek beren bizitzak eta patuak kontrolatzen dituzte. Pentsalariek ez dute erraz onartzen status quo-a; aitzitik, aldatzen saiatzen dira, eta horrek egiten du aurrerapena posible.

Pozten naiz gizateriaren lorpen eta asmakizun arraroak ikusten ditudanean, modu batera edo bestera gizateriari balio diotenak. Zenbat mirari sortu diren giza adimenetik!

Hala ere, adimena bera konplexuagoa da sortu duen guztia baino.

Badago errege bati buruzko istorio bat, bere ministro nagusiari mesede eta maitasun handia erakutsi ziona, eta horrek beste gortekoen bihotzean jeloskortasuna eta inbidia piztu zituen, monarkaren alborapen agerikoa nabaritu baitzuten. Erregeak horretaz jabetu zenean, azaldu nahi izan zien zergatik zen ministroa bere gogokoena.

Egun batean, erregeak eta bere segizioak urrunetik musika entzun zuten, eta bere ganberako bati esan zion: "Jakinarazi iezaguzu berriak".

Handik gutxira, gizona itzuli zen eta ezkontza-prozesioa izan zela esan zuen. Erregeak galdetu zuen: "Noren ezkontza?", baina ganberak ez zuen erantzunik izan.

Ondoren, beste ganberero bat bidali zuen, erregearen azken galderaren erantzunarekin itzuli zena, baina ez zuen beste batzuei erantzun ahal izan. Gauza bera gertatu zen hainbat gizonekin.

Azkenean, erregeak bere ministro nagusia deitu eta gaia ikertzera joateko agindu zion. Ministroa berehala abiatu zen, eta itzuli zenean, erregeak galdera zaparrada batekin bonbardatu zuen, eta ministro zorrotz eta fidagarriak xehetasun egokiekin erantzun ahal izan zituen.

Jende motel eta burugabe askok atezain ezjakinen antza dute. Ez dira nahitaez ergela, baina hain dira intelektualki alferrak, ezen ez baitute ahaleginik egiten behar absolutua baino haratago. Barkatu dezaket alferkeria fisikoa, arrazoi fisiologiko justifikagarri bat egon daitekeelako, baina ez dago aitzakiarik alferkeria intelektualerako! Mentalki langabezian daudenek ez dute pentsatu nahi, pentsatzea ere lan neketsua iruditzen zaielako.

Pentsamendua gauza miragarri eta harrigarria da. Inork ezin ditu gogoaren joerak eta pertzepzioak sailkatu. Bere gaitasunak infinituak dira. Beraz, edozein gairi arretaz erreparatzen eta sakon pentsatzen baduzu, gai horrekin lotutako edozein galderaren erantzuna aurkituko duzu.

Zure sentimenduak zure pentsamenduekin harmonian egon behar dute. Zure sentimenduak zure pentsamenduekin lerrokatzen ez badituzu, zure ondorioak ez dira beti zuzenak izango. Sentimendua ikuspegi mota bat da, ezagutza guztiaren gordailua. Sentimenduak adimena orekatu behar du, orduan bakarrik agertzen baita zure baitan dagoen Jainkoaren irudi sakratua bere funtsean. Beraz, yogak adimenaren eta sentimenduen botereak orekatzen irakasten du. Biak neurri berean ez dituztenak heldugabeak dira.

Zenbat eta bilatzailea espiritualki aurrera egin eta Jainkoarengana hurbildu gehiago, orduan eta gehiago agerian uzten dizkio Jainkoak existentziaren mirariak. Objektu fisiko bakoitzaren atzean argi koloretsuaren eredu etereo bat dago. Erreinu etereo edo planetarioan, dena bizitzaz beteta dago. Ez dago bizitasunik ezaren moduko ezer han.

Ezkutuko fabrika kosmikoa irudimenetik haratago dago Unibertso osoa ideia bakarra da Jainkoaren gogoan! Galaxiak ere gizakiaren ulermenetik haratago dauden lege matematikoek funtzionatzen eta gobernatzen dituzte Dena zehaztasun eta perfekzio goreneko sistema baten arabera funtzionatzen du Zein gogo ahaltsua den gogo kosmiko hori! Absolutu infinitua guztian dago lanean, eta bizitza deitzen dugun mugimendu-zurrumbilo anitz guztiak gogo kosmiko horren menpe daude.

Ehun urtean behin, milaka milioi pertsona uzten dute lur hau, eta are gehiago jaiotzen dira. Eskaintza eta eskaria daude, beren konplexutasun guztiekin. Hala ere, Jainkoak

janari ugari eman du gizateriaren beharrak asetzeko. Gizateria bakarrik da lurreko pobrezia eta miseriaren erantzule. Iritsi da oparotasun eta ugaritasun aro batean bizitzeko garaia, non denek osasunaz gozatzen duten eta zoriontasunean eta bakean bizi diren. Hau posible litzateke gizakiaren berekoikeria eta nazioen patua gutxiengo txiki eta berekoi batek manipulatzeko ez balu.

Jende gehienak lo sakon batean egoten da amets-bizitza honetan zehar. Jakintsua bakarrik dago esna. Ez dio axola pertsona arruntaren buruan dauden gauzei, zeinaren kezka bakarra aberastasuna eta plazer sentidualak bilatzea eta denbora alferrikako jarduera eta interesetan xahutzea den.

Gizakiak tentazio laburren atzetik nekatzen dira mundu iragankor honetan, nahiz eta benetako zoriontasun deskribaezina haien baitan egon. Zalantzarik gabe aurkituko dute, arretaz bilatzen badute eta benetan aurkitu nahi badute.

Adimena zentzuz eta zuzen erabili behar da mundu honen atzean ezkutaturako jainkozko laborategia aurkitzeko. Behin, Jainkoaren graziari esker, egun osoz sorkuntzaren mirari infinituak ikusi nituen, eta Jainkoari esan nion: "Jauna, itsu nengoenean, ezin nuen zuregana eramaten zuen ate bakar bat ere aurkitu. Baina nire ikusmena eta ulermena ireki dituzunez, orain ateak irekita ikusten ditut nonahi... loreen bihotzean, lagun leialen ahotsetan eta esperientzia noble maiteen oroitzapenetan. Izan ere, nire erregu-xuxurla bakoitzak zure presentzia santuaren tenplu zabalerako pasabide berri bat irekitzen du".

Bilatzailea sendoa eta irmoa izan behar da, irmoa eta irmoa sorkuntzaren beloaren atzean ezkutatuta dagoen Izaki Santuena aurkitzeko erabakian. Munduaren eskakizun amaigabeetatik urrundu behar da eta ez da gauez lotara amore eman behar Jainkoarekin bihotzez eta arimaz

komunikatu aurretik. Bizitzaren eskakizunak agortezinak dira, beraz, egunero denbora eskaini behar diogu geure buruarekin eta Jainkoarekin egoteko, munduko zarata eta zalapartatik eta bizitzaren iskanbilatik urrun. Orduan, bizitza lente berri batetik ikusiko dugu, ikuspegi berri bat izango baitugu.

Zientzialariek beren aurkikuntzak egin ahal izan zituzten bezala lege naturalak eta printzipio zientifiko espezifikoak jarraituz, bilatzaile zintzoak ere Jainkoa aurkitu ahal izango du lege espiritualak jarraituz eta Jainkoaren ezagutza bizitzako helburu nagusi bihurtuz. Helburu horrekin etorri zen gizateria lur honetara, nahiz eta jende gehienarentzat helburu baztertua bihurtu den. Baina gizateriak bere burua engainatzen du bizitzaren helburua ahaztuz eta azalekotasun eta gai hutsalekin kezkatuz.

Eta gogoratu, lagun maitea, mundu honetan zure egoerak zein desegokiak izan arren, Jainkoarengana jotzen duzunean, zurekin lanean ikusiko duzula eta bere presentzia sentituko duzula, dituzun zailtasun guztiak gorabehera. Zure inguruko guztian agertzen ikusiko duzu, eta bere maitasunez eta poztasunez beteko zara.

Ez osasunak, ez oparotasunak, ez lorpen materialek, ez ondasunek ez dute betiko irauten. Beraz, zergatik kezkatu hiltzeko eta desagertzeko patua duten gauzez soilik?

Jainko Ahalguztidunari eskatzen diot iluntasunetik argira ekar gaitzan

Gorrototik maitasunera.

Murritzketetatik askatasunera.

Ezjakintasunetik jakinduriara.

Minetik eta heriotzatik betiko bizitzara eta betiko
atsedenean

Eta eskutik hartu eta bere ezagutzara gidatu gaitzala

Eta bere kontzientzian esna mantentzen gaitu

Eta bere jakinduriaren zerura daramaten ate guztiak
irekitzeko

Bizi gaitezen konbentzimenduz, zoriontasunez, bake
gogoz eta asebetez

Gure bizitzako egunero

Bakea izan bedi zurekin

Bizitzaren zentzua bilatzen

Mundu honetara etorri garenez, nondik ez dakigunez,
naturala da bizitzaren jatorriaz eta helburuaz galdetzea.
Mundu honetako sortzaile baten berri entzuten dugu eta
irakurtzen dugu hari buruz, baina ez dakigu nola iritsi.
Dakigun guztia da unibertso osoak bere jainkozko gogoaren
existentzia aldarrikatzen duela. Erloju txiki baten pieza eta
gailu txiki eta zehatzek erlojugilea mirestera bultzatzen
gaituzten bezala, eta fabrika bateko makina handi eta
konplexuek asmatzailea harritzen eta miresmena pizten
diguten bezala, naturaren mirariak ikusten ditugunean,
haien atzean ezkutatuta dagoen adimenak harritzen gaitu,
eta galdetzen dugu: "Nork eman zion loreari bere forma bizia
eta eguzkira begira jarritako aurpegia? Nondik datoz bere
usaina eta edertasuna? Eta nola eratu ziren bere petaloak
hain zehaztasun infinituarekin eta tindatu ziren hain kolore
zoragarri eta alaiekin?"

Gauetz, izarrek eta ilargiak, beren zilar koloreko argia
gure inguruan barreiatuz, zeruko gorputz hauek espazioaren

zabaltasunean gidatzen dituen kontzientzia hausnartzera bultzatzen gaituzte. Ilbetearen argi leuna ez da nahikoa eguneroko jarduerarako, eta, beraz, gogo jakintsu eta leun batek atsedena iradokitzen du gauez. Orduan, eguzkia irteten da, eta bere argi distiratsuak inguruko mundua argi eta lasaitasunez ikusteko aukera ematen digu, aurkezten zaizkigun zereginak egiteko aukera emanez.

Bi modu daude gure beharrak asetzeko: fisikoa eta espirituala. Gure osasuna okertzen denean, adibidez, medikuarengana joan gaitezke tratamendua jasotzera. Baina iristen da une bat non ez mediku batek ez inork ezin digun lagundu, eta bigarren bidera jotzen dugu: gure gorputza, adimena eta arima sortu dituen botere espiritualera. Potentzia fisikoa mugatua da, eta huts egiten duenean, jainkozko botere mugagabera jotzen dugu. Hori gure finantza-beharrei ere aplikatzen zaie. Ahal dugun guztia egiten dugunean eta oraindik nahikoa ez dugunean, botere horretara jotzen dugu.

Denek uste dute beren arazoak direla txarrenak Batzuek besteek baino presio handiagoa sentitzen dute, haien erresistentzia ahula delako Eta pertsonen buru-indar desberdintasunengatik, energia kantitate desberdinak gastatzen dituzte Pertsona batek arazo oso zail bati aurre egiten badio eta bere burua ahula bada, ezingo du gainditu Buru indartsua dutenek beren zailtasunak gainditu ditzakete oztopoak hautsiz eta oztopoen oinarriak astinduz Hala ere, pertsona indartsuenek ere porrota izan dute batzuetan Arazo eta zailtasun material, intelektual eta espiritual ugari eta izugarriei aurre egiten diegunean, konturatzen gara zein mugatua den bizitzaren boterea mundu material honetan

Gure ahaleginak ez lirateke osasun ona eta finantza-segurtasuna lortzera soilik dedikatu behar, bizitzaren zentzua bilatzera ere bai. Zein da bizitzaren helburua?

Zailtasunek gainezka egiten digutenean, lehenik ingurura jotzen dugu, arintzea ekarriko digula uste dugun egokitzapen material guztiak saiatuz. Baina egoera zail batera iristen garenean eta esaten dugunean: "Nire saiakera guztiak huts egin dute; zer gehiago egin dezaket?", gure arazoari irtenbide eraginkor bat aurkitzea serio pentsatzen hasten gara. Eta gure pentsamendua nahikoa sakona bihurtzen denean, erantzuna geure baitan aurkitzen dugu. Hau, berez, erantzundako otoitz mota bat da.

Otoitza: behar espirituala

Otoitza behar espirituala da Jainkoak ez gintuen eskale gisa sortu, bere irudira sortu gintuen eta Eskritura Santuek hau diote Aberats baten etxera joan eta limosna eskatzen duen eskaleak eskalearen zatia jasotzen du Baina seme batek edozer gauza lor dezake bere aita aberatsarengandik Beraz, ez genuke eskale gisa jokatu behar.

Badirudi batzuek dena dutela eta luxuan eta erosotasunean jaiotzen direla, beste batzuek, berriz, arazoak eta porrota erakartzen dituztela. Non dago Jainkoaren irudia haiengan? Jainkozko espirituaren boterea gutako bakoitzaren baitan dago. Baina nola landu dezakegu botere hori? Agian iraganean etsita sentitu zara zure otoitzak ez direlako erantzun, baina ez galdu itxaropena eta fedea. Zure otoitzak eraginkorrak diren ala ez jakiteko, otoitzaren boterean oinarritzko sinesmena izan behar duzu zure baitan.

Baliteke batzuen otoitzak erantzunik gabe geratzea eskean aritzea aukeratzen dutelako. Era berean, jakin behar da zer eskatu Jainkoari. Bihotz-bihotzez eta indar osoz otoitz egin dezakezu lurra eta bertan dagoen guztia edukitzeko, baina zure otoitzak ez dira onartuko, bizitza materialarekin lotutako otoitz guztiak berez mugatuak baitira, eta, hain zuzen ere, mugatuak izan beharko lirateke. Baina badago otoitz egiteko modu zuzen bat. Esaten da katu batek

bederatzi bizitza dituela. Baina zailtasunek laurogeita hemeretzi bizitza dituzte! "Zailtasunen katua" kentzeko modu eraginkor bat aurkitu behar duzu. Otoitz eraginkorraren sekretua eskale baten posiziotik eskubidea duen norbaiten posiziora aldatzean datza. Jainkoari izaera espiritual horretako zerbait eskatzen diozunean, zure otoitzak boterea eta jakinduria izango ditu.

Arrakastaren haziak borondatean daude

Jende gehienak oso urduri eta antsietatez jokatzeko du berarentzat garrantzi handiko zerbait lortzen saiatzean. Kezka eta urduri jarduteak ez du jainkoazko boterea erakartzen, baina borondatearen erabilera lasai eta iraunkorrek unibertsoaren indarrak astintzen ditu eta Absolutu infinituaren erantzuna ekartzen du. Lortu nahi duzun guztiaren arrakastaren haziak zure borondatean daude. Zailtasunek hautsi eta zapaldutako borondate bat aldi baterako paralizatuta geratzen da. Baina "Nire gorputza zatitan urratu daiteke, baina nire borondatearen burua altxatuta mantenduko da eta erabakitasunak bultzatuta" esaten duen pertsona irmo eta erabakitsuak borondate-maila gorena erakusten du.

Borondatea eta haren norabide egokia dira pertsona baten egoera igotzen eta igotzen dutenak. Pertsona batek borondatea erabiltzeari uzten dionean, pertsona arrunt bihurtzen da, gertaeren joanean eraginkortasunik gabe. Askok diote ez dugula gure borondatea erabili behar egoerak aldatzeko, Jainkoaren plana oztopatzeko beldurrez. Baina zergatik eman zigun Jainkoak borondatea erabiltzea nahi ez bazuen? Behin gizon zurrun bat ezagutu nuen, eta esan zidan ez zuela sinesten borondatea erabiltzean, auto-garrantzia elikatzen duelako. Nik erantzun nion: "Zure borondatea erabiltzen ari zara orain, eta nahiko indarrez, niri aurre egiteko. Hitz egiteko, zutik egoteko, ibiltzeko, jateko,

zinemara joateko eta baita lo egiteko ere erabiltzen duzu. Egiten duzun guztia nahi duzu. Borondaterik gabe, robot bihurtzen zara". Pertsonaren betebeharra da bere borondatea, desioek gobernatua, Jainkoaren nahiarekin harmonizatzea. Beraz, otoitz egokia etengabe eskaintzen denean, berez borondate bihurtzen da.

Otoitz egiten duzuna lortzeko aukeran sinetsi behar duzu. Etxe bat edukitzeko otoitz egiten baduzu, eta aldi berean zure gogoak esaten badizu: "Nola ordaindu dezakezu etxe bat, ergela?", zure borondatea ahultzen ari zara pentsamendu horrekin. "Ezin dut" esaldia zure gogotik uxatzen duzunean, botere handiagoa lortzen duzu. Noski, etxeak ez dira zerutik erortzen, eta etxe bat lortzeko, borondate-indarra erabili eta ekintza eraikitzaileak egin behar dituzu zure helburua lortzeko. Iraun eta porrota onartzeari uko egiten diozunean, nahi duzuna gauzatu ahal izango duzu. Eta borondate-indar hori zure pentsamendu eta ekintzen bidez etengabe erabiltzen duzunean, zure nahiak beteko dira, eta irrikatzen eta irrikatzen duzun guztia etorriko zaizu. Determinazioz eta iraunkortasunez ahalegintzen jarraitzen duzunean, nahi duzun emaitza nolabait agertuko da, nahiz eta nahi duzuna ez egon mundu honetan. Borondate horretan dago jainkozko erantzuna, borondate ona Jainkoarengandik baitator. Iraunkortasuna jainkozko borondatea da.

Erre ezazu "Ezin dut"-ren haziak zure garunetik

Borondate ahula giza borondate ahula da. Zalantzek eta porrotek zeharkatzen eta urratzen dutenean, Sortzaile infinituarekiko lotura galtzen du. Baina giza borondatearen atzean jainkozko borondatea dago, ez etsipenik ez porroterik ezagutzen ez duena. Heriotzak ere, bere indar osoan, ezin du jainkozko borondatea hautsi edo oztopatu. Jainkoak ziur

erantzungo dio otoitz horri, irmotasunezko determinazio eta iraunkortasun borondate batek bultzatuta.

Jende gehienak alferrak eta letargikoak dira, fisikoki, mentalki edo biak Meditatu nahi dute, baina lo egitean bakarrik pentsatzen dute Logura sentitzen dutenean, lo sakon batean erortzen dira, eta hor amaitzen da haien otoitza! Egoera honetan, borondate-indarra lurperatuta dago Batez besteko pertsonaren garuna "Ezin dut" haziez beteta dago Ezaugarri eta ohitura jakin batzuk dituen familia batean jaiota, hauek eragiten diete, horretarako gai ez direla edo hazi kaltegarri horiek erre eta haien eragina kontzientziatik desagerrarazi behar direla konbentzituraz. Nahi duzun edozer gauza lortzeko ahalmena duzu Botere hori zure borondatearen muinean dago.

Borondatea landu nahi dutenek konpainia ona behar dute. Matematikari bikaina izan nahi baduzu eta zure ikaskideek matematika gustuko ez badute, zure ilusioa zalantzarik gabe gutxituko da. Baina matematikari trebeekin elkartzeko zaren, zure borondatea indartu egingo da, eta esan ahal izango duzu: "Besteek arrakasta izan badute, nik ere bai".

Ez egin presarik gauza handietan zure borondatea eraikitzeko bakarrik. Arrakasta izateko, lehenik zure borondatea probatu behar duzu egin ezin zenituzkeen gauza txikiekin. Ahalegina egiten baduzu, arrakasta etorriko da.

Oraindik gogoratzen ditut lagunek eta besteek inoiz lortuko ez nituela esan zizkidaten helburu guztiak, baina lortu nituen. Asmo oneko pertsona hauek kalte handia eragin dezakete beren iritziekin. Jainkoak babes gaitzala haietatik eta haien aholkuetatik. Laguntasunak eragin handiena du borondatean. Alkoholarekin eta musika ozenarekin dantzaldietara joateak, isiltasunaren santutegian meditatu beharrean, munduko bibrazioen hauts lodiarekin kutsatzen

du adimena, eta zaildu egiten du astintzea. Norberaren borondatea, nahitaez, indartu edo ahuldu egiten da lagunen eraginagatik. Borondatea norberaren ahaleginaren bidez bakarrik garatzea oso zaila da. Imitatzeko adibide ona behar duzu. Margolari izan nahi baduzu, bizi pintura onez inguratuta eta elkartu margolariekin. Pertsona espiritual bihurtu nahi baduzu, egin adiskidetasun izaera nobleko pertsona espiritualekin.

Alde handia dago sinesmenaren eta esperientziaren artean. Sinesmena entzun edo irakurri dituzun eta oinarrizko egia gisa onartu dituzun gauzetatik dator. Esperientzia, berriz, zuk pertsonalki ikusi eta benetan ulertu duzuna da. Jainkoa esperimentatu dutenen ziurtasuna irmoa da. Laranja bat inoiz dastatu ez baduzu, engaina zaitzakete bere propietateei buruz. Baina lehenago laranja bat jan baduzu, ezin zaituzte engaina, fruitua dastatu eta ondo ezagutzen duzulako.

Bilatu zure fedea sendotzen dutenen konpainia

Jainkoari, arrakastari, sendatzeari eta abarrei buruzko pentsamenduak, guztiak zure buruan daude kapsula psikologikoak bezala. Probatu itzazu. Zure pentsamenduak probatzeko, zure borondatea erabili behar duzu horiek gauzatzeko. Beharrezko borondatea lantzeko, borondate handiko pertsonekin elkartu behar duzu. Jainkoaren nahiaren bidez sendatzea nahi baduzu, bilatu zure fedea indartzen eta zure borondatea pizten dutenen konpainia.

India osoa zeharkatu nuen Jainkoaren benetako ezagutzaile baten bila, baina arraroak ziren. Ezagutu nituen irakasle guztiek beren sinesmen pertsonalak partekatzen zituzten. Baina gai espiritualetan, ez nintzen Jainkoari buruzko hitz hutsekin konformatuko erabakita. Bera esperimentatu eta benetan bere presentzia sentitu nahi

nuen. Esan zidatena ez zuen zentzurik esperientzia pertsonalaren bidez ulertzen ez banuen.

Behin, Indiako santuei buruz lagun batekin hizketan ari nintzen. Nire laguna bitartekaria zen, eta ez zuen nire ilusioa partekatzen. Horren orde, esan zuen: "Santu deitzen diozuen guztiak, egia esan, Jainkoa ezagutzen ez duten xarlatanak dira". Ez nuen berarekin eztabaidatu, baina gaia aldatu nuen, eta bitartekari lanbideaz hitz egiten hasi ginen. Asko kontatu zidan ondoren, astiro esan nion: "Badakizu ez dagoela bitartekari fidagarri bakar bat ere Kalkutan, eta denak gezurtiak direla?". Haserretu egin zen eta haserre erantzun zidan: "Eta zer dakizu zuk bitartekariei buruz?". Nik erantzun nion: "Horixe bera esan nahi nuen. Eta zer dakizu zuk santuei buruz?". Aho bete hortz geratu zen. Nik lasai eta adeitasunez jarraitu nuen: "Nik ez dakit ezer bitartekaritzari buruz, eta zuk ez dakizu ezer santuei buruz".

Erligioaren praktikak jende askok ezin ditu bere ideia espiritualak bizipenetan itzuli. Esperientzia pertsonaletik hitz egiten dut hemen. Ez dut intelektualki bakarrik ezagutzen ditudan gauzei buruz hitz egin nahi. Jende gehienak egiaren inguruko liburu batzuk irakurtzen ditu eta autosufiziente bihurtzen da hitzen atzean dagoen egia ulertzeko ahaleginik egin gabe. Egia espiritualen adierazpen hutsak ez digute ezertarako balio eta ez dute inpresio positiborik uzten. Pertsona baten sermoien eta bere bizitzaren istorioaren artean bereizi behar dugu. Besteei irakatsi nahi dien edonork lehenik erakutsi behar du ikasten ari dena benetan bizi izan duela eta esaten ari dena esperientziaz ulertu duela.

Bizitzaren abentura: zer den

Paramhansa Yogananda maisua

Itzulpena: Mahmoud Masoud

Bizitza imajina daitekeen abenturarik handiena da. Bizitza batzuek zirrara eta adrenalina falta izan dezaketen arren, beste batzuk proba harrigarriak beteta daude. Hogeita hamar aldiz baino gehiagotan suizidioa saiatu zen gizon baten berri izan nuen, eta aldi bakoitzean zerbaitek bere bizitza amaitzea eragotzi zion. Imajinatu zein zoragarria izango litzatekeen Lurrean bizi izan diren, hil diren eta etorriko diren gizaki guztien bizitzak ezagutzea! Gizateriaren esperientzia guztiak memoria kosmikoan erregistratuta daude: Jainkoaren memorian, eta zein memoria zoragarria den! Zaila da kontzientzia orojakin bat ulertzea, baina Espiritu Orojakinaren ezagutza da existitzen den abenturarik handiena.

Gertakariak irudimena baino errealagoak, egonkorragoak eta nabarmenagoak dira, baina haien iturria Jainkoaren gogoan dauden ideia guztiak dira. Materia atomiko guztia jainkozko ideia gorpuztuak ere badira, ideietan disolbatu eta gero berriro gauzetan gorpuztu daitezkeenak. Gizakiek ideiak sortzeko gaitasuna ere badute, baina haien irudimena ez da nahikoa indartsu horiek gorpuzteko. Beren irudimena nahikoa indartsua balitz, gauzak sor ditzakete lur honetan. Gizakiek beren baitan dute Jainkoak bere sorkuntza mentalak munduan gorpuztu zituen sormen-ahalmen bera. Baina gizakientzat ezinezkoa bihurtu da beren ideiak gauzetan gorpuztea, Jainkoak eman dien gogoaren boterea behar bezala erabili ez dutelako.

Jainkoaren kontzientzia ulertzen saiatzen garenean, nola gogoratu eta uler dezakeen dena galdetzen diogu geure buruari, dena gure gaitasun mentalen arabera neurtzen baitugu eta gauzak gure esperientzia pertsonalen arabera ulertzen ditugulako. Memoria ahula dutenek beste guztien memoria beraiena bezain ahula dela pentsatzeko joera dute. Hala ere, badira memoria oso zorrotza duten pertsonak, liburu oso bat lerro batzuk gogoratzen dituzun bezain erraz

gogoratzen dutenak. Ahazten direnek askotan zaila egiten dute sinestea norbaitek informazioa erraztasun handiz gordetzeko eta berreskuratzekeo gai den memoria hartzailea duela.

Bitxigile batek bere bitxiak gogoratzen ditu, eta kontableak bere liburuetako zenbakiak gogoratzen ditu. Era berean, Jainkoak unibertso honetan sortu zuen guztia gogoratzen du. Guztiahalduna izanik, berehala gogoratzen du unibertso honetan gertatu den guztia, bere kontzientzia absolutua eta mugagabea dena dakiena baita.

Memoria bera gaitasun miragarria da Eta giza memoria estuki lotuta dago Jainkoaren memoria ahaltsuarekin Adibidez, ezin dituzu ikusi dituzun film guztien xehetasunak gogoratu Baina film horietako bat berriro erakutsiko banizu, berehala gogoratuko zenuke Zure barneko memoria sakratu horrek etengabe ezagutzen ditu iraganeko esperientziak Hasierako eszenak ikusten dituzun bezain laster, istorio osoa gogoratzen duzu eta esaten duzu: "Ai, film hau lehenago ikusi dut, eta gogoratzen dut nola amaitu zen".

Nola gogoratzen ditugu mugimenduan dauden irudiak hain xehetasun handiz, duela urte batzuk ikusi genituen arren? Gertaera guztiak garunean grabatzen direlako. Buruko orratza proba-disko batean jartzen duzun bezain laster (edo buru-ordenagailu interfazea erreproduzitzen duzunean), zure memoriak proba hori berriro berreskuratzen hasten da.

Barne memoriaren boterea Jainkoagandik dator eta hutsezina da Inoiz ez du ahazten Pertsona arrunt baten memoriak ezin ditu esperientzia guztiak aldi berean gorde Baina barne memoria sakratu etaak dena aldi berean eta betiko gordetzen du Beraz, memoria ona edo ahula denaren nozioa pertzepzio subjektiboa besterik ez da Pertsonak bere burua konbentzitzen du bere memoria ahula dela, eta,

beraz, memoria ahula duela Hala ere, ez da erraza sinesmen horretatik kontrakora aldatzea Ahalegin handia behar da norbera konbentzitzeko norberaren memoria Jainkoaren memoria sakratuaren eta oroimenaren adierazpena dela

Gizakiaren oroitzapenik handiena Jainkoaren kontzientzia absolutuaren izpi bat baino ez da, non giza abentura guztiak eta bizitzaren beste forma eta adierazpen guztiak erregistratzen diren.

Jainkozko sorkuntzaren istorioa istorio zoragarri eta harrigarria da! Nola ekarri zituen Jainkoak existentziara lur honetan dauden izaki guztiak? Eta nola lan egiten du beloen eta gortinen atzetik berarekin dugun benetako existentziara itzultzeko? Ezinezkoa da giza hizkuntzak Jainkoaren sorkuntzaren abentura kosmikoaren eta gizaki askoren abenturen banakakoekin dituen elkargune zehatzen deskribapen osoa ematen laguntzea.

Gizaki baten batez besteko bizi-itxaropena hirurogeita hamar urte ingurukoa dela ikusten dugu, eta krokodilo baten batez besteko bizi-itxaropena, berriz, hirurogei eta ehun urte artekoa. Sekuoia batek bi mila urte bizi ditzake. Gamelu baten batez besteko bizi-itxaropena berrogeita hamar eta hirurogei urte artekoa da, eta zaldi batena gehienez hogeita hamasei urte ingurukoa. Argi dago, beraz, izaki batek zehaztu dituela bizi-itxaropen aldakor hauek. Hala ere, ehunka urtez bizi izan ziren yogi handi batzuen berri dugu. Horietako bat Babaji handia da, mendeetan zehar bizi izan zela ezagutzen dena, bere gorputzean bizirik eta gaztaro perfektuaz gozatzen. Trilanga Swami ere ia hiru mendez bizi izan zen: 1601ean jaio zen eta 1881ean hil zen (batzuek diote hiru mende baino gehiago bizi izan zela!). Bere bizi-itxaropen apartekoaz gain, bere mirariengatik zen famatua. 130 kilogramo inguru pisatzen zuen, gutxitan jaten bazuen ere. Askotan meditatzen zuen egunak, Ganges ibaiaren

uretan hankak gurutzatuta eserita, edo batzuetan denbora luzez ezkutatuta egoten zen olatuen azpian. Askotan biluzik eta geldirik ikusten zen eguzki errearen pean, harkaitz erreetan etzanda. Naturaren legeekiko zuen ohiko arduragabekeria... Jainkoaren kontzientziarekin batasuna lege guztien artean gorena dela gogorarazten die etengabe hura ikusi zuten guztiei

Yogiren Autobiografian jasota dagoen bezala , kosmosaren engainu edo ilusioaren ametsetik esnatu eta unibertsoa jainkozko gogoaren ideia bat besterik ez dela konturatu ziren santu handiek nahi zutena egin zezaketen gorputzarekin, indar kontzentratu edo izoztu bat baino ez zela jakinda. Natura-zientzialariek materia jarduera mugatu bat baino ez dela ulertzen duten arren, maisu guztiz argituek aurrerapauso handiak eman zituzten materia kontrolatzeko, teoriatik praktikara igaroz.

Izan ere, errealitatea irudimena baino miragarriagoa da. Imajina dezakegu baldintza egokietan, energia bizia edo fluido seminalaren xahuketarik ez badago, eta elikadura egokiarekin eta pentsamendu sendoarekin, giza gorputza mugagabe iraun dezakeela. Fluido seminalak energia bizia kontzentratua dauka; xahutzen ez bada, botere hori lozorroan geratzen da eta osasun fisikoa, mentala eta emozionala hobetzeko erabil daiteke, baita sormen intelektuala eta hazkunde espirituala ere.

Oharra itzultzailearentzat: Pasarte honetan, Abu Ali Ibn Sina presidenteak dio:

Egunean otordu bat jan, eta aurreko otordua digeritu aurretik ez jatea saihestu

Gorde zure hazia ahal duzun neurrian, sabelean isurtzen den bizitzaren ura baita.

Gorputzeko presioa izugarria da Sagu bat tranpa batean harrapatzen denean, bihotza ohi baino askoz azkarrago taupaka ari da egiten Era berean, pertsona batek bere fakturak ordaindu ezin dituenean, bere bihotzak gauza bera egiten du! Eta beraz, estres psikologikoak bere eragina du! Bestelako estres motak ere badaude Laborategiko esperimenduek erakutsi dute hirietako zarata ezabatzeak batez beste hamar urte luzatu diezaiekeela herritarren bizitza Hala ere, mundu harrigarri batean bizi gara Bizitzako helburu bakarra jatea, edatea, lo egitea eta gauza onak gozatzea dutenek aukera gutxi dute giza existentziaren mirariak ulertzeko

Abentura arimak kontzepzioan umetokian sartzeko duen borrokarekin hasten da. Planeta edo etereo eremuan, milioika arima Lurrera itzultzeko ahaleginak egiten dituzte, haurdunaldian espermatozoideak eta obuluak bat egiten duten zelula ernalduetan sartuz. Arima santua edo bekataria den kontuan hartu gabe, eta azken askatasuna lortu ez badu behintzat, Lurrean berraragitzeko desira indartsua du. Kontzepzioan, argi bat agertzen da eterrean, eta arima sartzen da espermatozoide eta obuluen batasunaren bidez, besterik gabe. Gizateriak borrokatu egin du umetokian sartzeko, hainbeste arima sartzen saiatzen ari direlako. Arrakasta izan dutenak zu, ni eta gu guztiok gara. Eta ez da garaipen erraza izan!

Izan ere, Jainkoarekin bizileku asko daude. Goi eta beheko plano etereoak, argi garden eta energia bizidunez osatuak, arimak gorputz fisikoa hil ondoren joaten diren zerua (edo infernua) dira. Bertan egoteko iraupena beren karmaren arabera aurrez zehaztuta dago. Pertsona batek ase gabeko desio materialak edo lurreko karma (agortu ez diren iraganeko ekintzen ondorioak) dituen bitartean, lurreko enkarnaziora itzuli behar du Jainkoarenganako bidean garapena jarraitzeko.

Umetokian sartu ondoren, arimak galdetzen du: "Zer egin dut? Denbora luzez libre egon nintzen, gorputz lotu eta mugatzailetik askatuta, plano eterikoan erraz eta ahaleginik gabe mugitzen nintzen gorputz argitsu batean, eta orain berriro ere forma fisiko batean itsatsita nago".

Hala ere, pixkanaka ohitzen da umetokian dauden bederatzi hilabeteetan baldintza berri hauetara. Hau da zigorra: bederatzi hilabetez zelula ilun batean bizitzea, non beste pertsona baten bidez arnasa hartu eta janaria eta odola jaso behar dituen beste pertsona baten zirkulazio-sistemaren menpe. Bere espiritua eta egoera besteen menpe daude, eta Jainkoari oihu egiten dio: "Askatu nazazu espetxe honetatik! Ezin dut ikusi, ezin dut entzun, lotuta nago".

Infernu edo purgatoriorik baldin badago, amaren gorputzean igarotako bederatzi hilabete horiek dira: erabateko babesgabetasuna iluntasunean, zuhaitz bat bezala puntu bakar batera mugatuta, iraganeko oroitzapen iheskorrekin, eta ondoren loaldialdiak. Eta oroitzapen horiek itzultzen direnean, fetuak dantzan egiten du, ahalegin izugarria eginez amaren gorputzean. Nire kontzientzia jaio aurreko egoera hauetara aldatu dut, eta badakit zer esaten ari naizen.

Fetuairen loa eta esna amaren gorputzean ez daude haren loaren eta esna egotearen menpe. Fetuairen borondatezko mugimenduak arimak bere iraganaren oroitzapenetik sortzen dira. Horrela, urduri mugitzen da sabelean nekeak gainditzeko duen arte, eta loak hartzen du. Ondoren, laburki esnatzen da eta berriro mugitzen da. Gosea sentitzen du eta amaren odolaren bidez transferitutako elikagaien bidez asetzen du.

Jaioberriak, neurri batean, amaren bihotz-taupadak eta odol-zirkulazioaren bibrazioak entzun ditzake, eta soinu

hauek bere gorputzaz jabetzen dute, askapenerako irrika piztuz. Horrela, arimaren lehen abentura bi ideien arteko borroka da: Lurrera giza forman itzultzeko nahia eta arima mugatzen duen giza formatik askatzeko irrika.

Giza arimaren eskola (gorputza) isats delikatu bat duen arrain baten antzera hasten da. Irudi hau, ondoren, umetokian kiribildutako animalia forma batean garatzen da. Aurretik aipatu bezala, iraganeko bizitzen oroitzapen batzuk berriro azaleratzen dira, fetuak mugimendu txikiak egitera behartuz. Borroka areagotu egiten da fetua amaren gorputzean giza forma hartzen duen heinean, eta arimak oihu egiten du: "Utzi nazazu irteten!". Borondatea oso indartsu bihurtzen denean, haurra jaiotzen da. Haur goiztiarrak (37 aste baino gutxiagoko haurdunaldi baten ondoren jaiotakoak) borondate sendoa eta burugogortasun handia duten arimak dira. Ez dute bederatzi hilabetez amaren gorputzean egon nahi, eta, beraz, ohi baino lehenago jaiotzen dira.

Haurra negarrez dator mundu honetara, jakintsu eta jakintsuek dioten bezala, arimak aurreko enkarnazioetan gogoratzen duelako eta ez duelako Lurrera itzuli nahi gizakiaren borroka mota desberdinak berriro jasateko.

"Thaa" soinu astuna horri atxiki zitzaion, beraz, mugarren eta hondakin menpekoen arteko leku bihurtu zen.

Santutegian egindako promesak gogoratzen dituenen negar egiten du, etengabe isurtzen diren malkoekin

Oroitzapen hauei dagokienez, badago fetuak mundura etorri aurretik eskuak elkartzen dituen erregu-jarrera ere, erregutzen ariko balitz bezala: "Otoitz egiten dizut, Jauna, ez didazula eman bigarren jaiotza lurtarra".

Jaioberri baten negarraldiaren azalpen fisiologikoa da birrikak ireki behar direla arnasa hartzen hasteko, eta haurraren lehen negarra birrikak aktibatze eta bizitzaren arnasa hasteko ahalegina dela. Haur bat jaiotzen denean, arnasa hartzen hasten da, eta ia lozorroan zegoen arima bizitza independentea duen izaki bizidun bihurtzen da. Askok uste dute oker arima gorputzean sartzen dela jaiotze unean, baina arima bertan ez balego, gorputza ez litzateke jatorrizko zelula txikietatik sortuko. Arima fetutik jaio aurretik irtengo balitz, haurra hilda jaioko litzateke.

Giza gorputza hamasei oinarrizko elementu fisiko osatuta dago, hemeretzi energia-elementu gardenek eutsita eta eutsita, gorputz eterikoaren funtsa giza forma fisikoan bizi dena. Gorputz eteriko hau gorputz fisikoaren mugimenduaren eta jardueraren iturria da. Hemezortzi elementu planetarioak intelektualak, emozionalak eta bitalak dira. Hemeretzi osagaiak hauek dira: adimena, nia (egoa), sentimendua, gogo agerikoa (kontzientzia sentsoriala), ikusmenaren, entzumenaren, usaimenaren, dastamenaren eta ukimenaren zentzumenei dagozkien bost ezagutza-tresna, ugalketaren, iraizketaren, hizkeraren, ibiltzearen eta eskuzko trebetasunaren ahalmen intelektualei dagozkien bost ekintza-tresna, eta gorputzaren kristalizazio, xurgapen (janaria asimilatzea digestioaren ondoren), hondakinen ezabapen, metabolismo (janaria materia bizidun bihurtzea edo energia emateko erabiltzea) eta zirkulazio funtzioak betetzeko gaitasuna duten bizi-indarraren bost tresna. Hemeretzi elementuko planeta-oskol garden hau gorputz fisikoa, hamasei elementu zakarrez osatua, hil ondoren geratzen da. Elementu horiek guztiak kontzientzia hutsean eraldatu daitezke yoga teknika aurreratuen praktikaren bidez.

Haurra jaiotzen denean, begiak keinuka hasten zaizkio argia ikustean, soinuak entzuten ditu, usainak, zaporeak eta

arnasa hartzen du. Soinuak normalak iruditzen zaizkio, eta konturatzen da berriro gorputz fisiko batean bizi dela. Jaiotzarako aurreko erresistentzia lehenengo arnasa hartzearekin amaitzen da. "Izaera" gorputzaren eta arnasketaren araberakoa delako ilusioa nagusitzen den heinean, mundu fisikora erakartzen da eta pixkanaka ohitzen da bertara.

Denbora aurrera doan heinean, haurrak ahalegin handia egiten du bere gorputza kontrolatzeko. Zenbatetan ikusten dituzu besoak eta hankak airean astintzen, beren forma fisikora egokitzen saiatzen? Hau subkontzienteak gidatzen du, arimak bere iragana gogoratuz. Memoria beti dago presente. Gizakiok instintiboki beldur gara heriotzari, bizi izan duten aldi ugari gogoratzen dituztelako, mina beldurtzen dugun bezala lehenago hainbeste sufritu dutelako.

Haurra txiki-txiki bihurtzen den heinean, gurasoen eta senideen eragina jasaten dute. Denek nahi dute desberdinak izatea, baita haien parekoak izatea eta haien portaera eta ekintzetara egokitzea nahi duten ikaskide bihurriak ere! Gatazka honen erdian, haurrak presio izugarria sentitzen du. Hala ere, askatasun handia duten haur txikiek geroago damuz esaten dute: "Nahiago nuke nire gurasoek nire portaeraren ondorio kaltegarrien berri eman izan balidate; esan izan balidate, hobeto egongo nintzateke orain".

Pertsona batek helduarora iritsi aurretik jasan behar dituen borroka psikologiko eta emozional asko dira. Etapa honetan, zentzumenak aktiboagoak bihurtzen dira, eta gazteak barne-borroka garrantzitsu batean murgiltzen da. Zentzumenekin lortutako borroka hau handia da, eta gazteen azken garaipena beren senak garaitzea eta beren desira neurrigabeak mugatzea da.

Zoragarria da bizirik egotea, baina indar asko daude gu suntsitzeko zain. Afrikako harrapariekin abentura bat ez da ezer bizitzaren abenturarekin alderatuta. Eta historiako inongo abentura ez da plazer eta zirrararen gainditzeko. Arrazoiari esker, gizakiek badakite nola babestu beren burua animalia basatietatik, baina ez dakite nola babestu beren burua beren ohitura txarretatik eta haien ondorio kaltegarrietatik. Pertsona baten etsairik okerrena bere burua da. Edozein etsai baino gehiago, mikrobio hilgarriek, bonba suntsitzaileek edo beste edozein mehatxu baino gehiago, pertsonak bere burua beldurtu beharko luke oker dagoenean. Pertsona batek bere izaera espiritualaren ezjakintasun osoan bizi denean eta bere ohitura txarrek kontrolatzen uzten dutenean, bere etsai bihurtzen da. Bizitzako borroka hau irabazteko modurik onena norbere buruaren adiskidetasuna egitea da. Espiritualki garatutako nia pertsonaren laguna da, eta garatu gabeko nia, berriz, bere etsaia.

Erraza da geure burua lurralde basati eta ezezagun bat esploratzen joango garela imajinatzea. Itsasontziz joango bagina, salbamendu-txalupa bat eraman beharko genuke gurekin, itsasontzia hondoratzen bada, itsasontzia erabili ahal izateko geure burua salbatzeko. Baina bizitzako esperientzia askotan, gure salbamendu-txalupek isuri egiten dute neurri guztiak hartu arren.

Harrapariz betetako oihan batean, neurriak har ditzakezu piztia horien aurka, baina arrisku sotil eta maltzurak gainditzeko askoz zailagoa da. Nola babestu gaitzke norbera etengabe inguratzen gaituzten milioika germenetatik? Seguru gaudela uste dugu ikusten eta entzuten ditugun arriskuen aurka neurriak hartzen ditugunean, baina gure defentsak ez dira nahikoak germenetatik babesteko. Odol-hodian, globulu zuriek etengabe borrokatzen dute germen hauen aurka. Drogek

lokartu besterik ez dituzte egiten. Globulu zuriak dira haiei aurre egin eta suntsitzen dieten soldaduak. Zure odola ahula bada, "soldadu" hauek ezingo dizute lagundu. Itxuraz seguru eta babestuta dauden pertsona askoren biriketan, tuberkulosi-bazilo gaiztoak ezkututzen dira, ostalariaren gainean oldartu eta suntsitzeko prest. Naturak babes-hesi bat sortzen du germen-eraso hauei aurre egiteko, baina hesi horren eragina ez da luze iraungo gorputzak ezin badio aurre egin. Borroka honek gure baitako bizitzaren oihan ikusezin honetan jarraitzen du. Zure janaria mikroskopio bidez aztertuko bazenu, ez zenuke dastatuko. Germenek jaten dute, eta dena irensten duzu! Edaten duzun ura ere organismo bizidun hauetaz gainezka dago. Ez dago begetariano bakar bat ere munduan, denek milioika germen kontsumitzen baitituzte egunero. Beraz, gizakiok jateari utziko al diogu?

Bizitzaren basoan segurtasunez nabigatzeko, norberak arma egokiekin hornitu eta soldadu ondo prestatua izan behar du. Beren burua babesteko modu egokia ez dakitenek azkar galtzen dute bizitza. Baina pertsona jakintsuak, gertakari guztietarako prestatuta dagoenak —gaixotasunak, pentsamendu kontrajarriak, ohitura txarrak, patu gogorra eta karma kaltegarria— garaipena lortuko du abentura honetan, eta horrek kontuz ibiltzea, erne egotea eta gure barneko etsaiei aurre egin eta gainditzeko aukera ematen diguten metodo eta estrategia batzuk eskatzen ditu, kanpoko etsaiak baino askoz ere beldurgarriagoak eta erabakigarriagoak direnak.

Bizitzan zehar bidaiatzen jarraitzen dugun heinean, gure gaixotasun fisiko, psikologiko, moral eta espiritualen gaitz eta kausak gainditzeko modu hobeak ikasten ditugu. Gaixotasun fisikoak eta borroka psikologikoak bakean gainditu ditugunean, esan dezakegu bizitza benetan abentura zoragarria izan dela. Baina ez da zentzuzkoa bizitza

gozoa dela esatea benetako garaipena lortu aurretik. Pertsona batek azken etapetara iristen ez bada eta bere arima Jainkoarengan askatzen ez bada, bizitza ez da amaitu haientzat. Espirituz igo behar dute, eta orduan amaituko da abenturaren azken kapitulua.

Pertsona batek beste norbait sufritzen ikusten duenean, Jainkoari eskerrak ematen dizkio esperientzia hori ez bizitzeagatik. Baina nork daki, hurrengoan bere txanda izan liteke. Gorputza kaltetzeko aukerak ugariak dira, beraz, erne egon behar da eta gertaera eta ezusteko guztietarako prestatuta egon behar da.

Zientzialariak dio: "Jan janari osasuntsu eta nutritiboa eta jarraitu osasun-jarraibideak mikrobioetatik babesteko". Politikariak dio: "Izan zaitezte soldadu ausartak zeuen burua eta zuen herrialdea etsaieratik babesteko".

Benetan mundu arraro batean bizi gara. Maitasunaren, samurtasunaren eta sakrifizioaren eredu diren amak ere beste pertsonen seme-alabak hiltzeko entrenatzen ari dira. Zein ikaragarria! Baina batzuetan, gerrak ongia ekartzen du; gure koldarkeria eta borondate ahultasuna kentzen dizkigu.

Bizitzaren baso eta oihanak etsaiz gainezka daude: gaixotasunak, pobrezia, sufrimendua, ohitura txarrak eta desira okerrak. Kontuan hartu beharreko beste gauza eta bete beharreko arau ugari ere badaude, hainbeste non bizitza jasanezina bihurtzen den horiek guztiak gogoan edukitzen saiatzen bagara. Konplexutasunak gaindiezina bihurtu dira bizitzaren alderdi guztietan, eta jendea sorginkeria hipnotiko moduko baten menpe dagoela dirudi. Beraz, gizateriak ikuspegi desberdinak probatu eta gogoaren botere eta potentzial mugagabeak aktibatzeke garaia da.

Jainkoak babes-bide harrigarri bat eman digu: adimena. Metrailadoreak, elektrizitatea, gas pozoitsua edo edozein

sendagai baino indartsuagoa da. Adimen hau zaindu eta indartu egin behar da. Bizitzaren abenturaren zati garrantzitsu bat adimena kontrolatzean eta uneoro diziplinatua eta Jainkoarekin harmonian mantentzean datza. Hori bakarrik da bizitza arrakastatsu eta zoriontsu baten sekretuetako bat.

Gizakiek sendatzeko bide fisikoak eta metodoak erabiltzen dituzten arren, ez lukete metodo horietan konfiantza jarri behar, baizik eta haien atzean dagoen Jainkoaren boterean. Jainkoari eskatu behar diogu ulermena eta borondatea emateko, medikuntzan oinarritu ez gaitezen, baizik eta Harengan eta, lehenik eta behin, gure adimenaren boterean oinarritu gaitezen.

Gizakiei ez zaie irakatsi nola lortu egoera psikologiko hori, adimena entrenatuz eta meditazioaren bidez Jainkoarekin harmonizatuz lortzen dena. Hala ere, adimena zure kontrolpean egon behar da mundu materiala eta bere erremedio fisikoak ukatzen saiatu aurretik. Hori lortu arte, hobe da gorputzari laguntzeko urrats logikoak ematea. Pertsona batek txingar erre bat erre gabe heltzen duenean, orduan mundu materiala ukatu eta adimena dena dela aldarrikatu dezake. Bestela, materia existitzen da eta bere legeen arabera tratatu behar da, modu logiko eta praktikoan.

Jainkoak arma garaiezina eman digu, atsekabe eta min guztiak gainditzeko: jakinduriaren arma, Jainkoarekin harmoniaren bidez lortzen duguna. Gaixotasuna, etsipena eta zoritxarra garaitzeko modurik errazena gure Sortzailearekin etengabeko harmonian egotea da.

Jendea bizitzaren oihaneko haur txikiak bezalakoa da, beren arazo eta atsekabe pertsonaletatik ikastera behartuta, gaixotasunen eta ohitura txarren tranpetan estropezu eginez. Laguntza behin eta berriz bilatu behar dugu eta gure

pentsamenduak eta ekintzak Jainkoaren eta haren lege aldaezinekin lerrokatzen saiatu behar dugu.

Mundua zure begien aurrean iluntzen denean eta bizitzako zailtasunek gainezka egiten dizutenean, gogoratu Jainkoa gertu dagoela eta sentitu seguru eta babestuta Bere presentziaren gotorlekuan. Bizitzako bideetan dituzun borrokek eta eragin suntsitzaile mota guztien eraginpean egon arren, gogoratu ez direla zu suntsitzeko, baizik eta zure fedea probatzeko eta zure indar lozorrotua esnatzeko. Bizitzaren borrokan iraun behar dugu eta inguratzen gaituen gaitz guztiei aurre egin, gure baitako jainkozko presentziaren botere osoarekin desegiten eta garaituz. Eta bizitzako abenturaren amaieran, esango dugu: Jauna, zaila izan zen ausardiari eustea eta borroka amaierara arte jarraitzea, baina eman diguzun indarra gure beldurrak baino handiagoa izan zen, eta botere handi horiei esker, garaitu egin genuen eta konturatu ginen Zure jainkozko irudian sortuak garela. Unibertsoaren Jauna zara eta nonahi zaude, beraz, zeri diogu beldurra, eta nori izutzen diogu, gurekin zauden bitartean?

Pertsona batek gizaki bihurtu dela konturatzen den unean, bere beldurrak ugaritu egiten dira, eta badirudi ez dagoela ihesbiderik. Hartzen dituzten neurriak edozein direla ere, akatsak sartzeko zuloak geratzen dira. Ez dago benetako lasaitasunik Jainkoarengan ez bada, eta ez dago bakerik hura gabe. Afrikako oihanetan, gudu-zelaietan edo miseriaren eta pobreziaren atzaparretan gauden ala ez, Jainkoari xuxurlatu behar diogu: Zure presentzia garaiezinen babespean nago, Jauna! Bizitzaren lehen lerroetan aurrera egiten dut, eta zure babespean eta zaintzapean nagoela sentitzen dut!

Ez dago segurtasunerako beste biderik. Erabili arrazoia eta logika egiten duzun guztian, eta jarri zure konfiantza osoa Jainkoarengan. Jainkoak berataz arduratzen diren eta

bere legeak errespetatzen dituzten guztiak zaintzen ditu, eta bihotzez eta arimarekin beragana jotzen duten guztiak onartzen ditu, bere bedeinkapenez betez eta haien biziraupena etengabea eta etenik gabea izan dadin ziurtatuz.

Asko gaixotasunen biktima izan dira eta ohitura txarren harrapakin bihurtu dira, ezin izan dute beren burua atera. Ez da esan behar ez dagoela bizitzak norabide guztietan jartzen dituen tranpetatik ihes egiteko modurik. Pertsona batek dituen zailtasunak eta zailtasunak aldi baterakoak dira eta banan-banan gainditzeko duen erabakiaren eta borondatearen aktibazioaren arabekoak dira. Denbora jakin batez porrot egiteak ez du esan nahi bizitzako borrokan porrota. Arrakasta eta garaipena duen pertsonak etengabe baieztatzen dio bere buruari zirkunstantziak baino indartsuagoa dela eta ez duela ezeri beldurrik Jainkoarekin dagoen bitartean eta Jainkoa berarekin dagoen bitartean, sakonean ulertuz bizitza eta heriotza kontzientziaren bi egoera desberdin direla.

Jainkoak dena sortu zuen gu probatzeko eta gure baitako arimaren hilezkortasuna agerian uzteko. Hau da bizitzaren abentura eta bere helburu bakarra. Pertsona bakoitzaren abentura bakarra da, eta prestatuta egon behar du osasun, adimen eta espirituaren erronka guztiei aurre egiteko, ulermenez, borondate-indarrez eta Jainkoarengan fedez, jakinda bere arima ez dela hiltzen gorputzari gertatzen zaiona gertatzen dela. Egia esan, ez dago armarik —ez dago armarik— ezin du arima hori suntsitu. Ez suak ez urak ezin dute erre, Jainko Bakarraren irudia baita.

Zoragarria da konturatzea heriotza ez dela amaiera, ezagutza honekin indar psikologikoa eta ilusioetatik askatasuna lortzen baitugu. Gaixotasunak jotzen duenean eta gorputzak funtzionatzeari uzten dionean, arimak hilda

dagoela uste du, baina Jainkoak ukitzen du eta bizirik dagoela ziurtatzen dio. Guda-zelaian dagoen soldadu batek, bonba edo metraila batek jota, oihu egiten du: "Hilda nago, ene Jainkoa!". Baina Jainkoak erantzuten dio: "Noski ezetz! Ez al didazu hitz egiten? Ezerk ezin zaitu suntsitu. Arima hilezkorra zara, eta hilda zaudela amesten ari zara besterik gabe". Orduan, arimak konturatzen da gorputzetik heriotzaren bidez igarotzearen esperientzia ez dela askotan irudikatzen den bezain beldurgarria. Arimaren gorputzaren barruan dagoen existentziaren kontzientzia mugatuak gorputza galtzea denaren amaiera delako ustearen erantzule da, errealitatean, arima bizirik dagoen bitartean eta ez da hiltzen, Jainko bizidun eta betierekoaren irudia delako.

Benetako yogiak gai dira beren gogoak kontrolatzeko edozein egoeratan. Bilatzailea etapa honetara iristen denean, libre bihurtzen da eta konturatzen da bizitza abentura sakratu bat dela. Profetek eta pertsonaia handiek egia hau frogatu dute, ezerk ezin baitie kalterik egin haien arima handi eta garbiei. Jainkozko maitasuna neurri osoenean bizi izan zuten, eta maitasun hori bera da bizitzaren abenturaren elementurik zirrargarriena eta iraunkorrena.

Giza maitasuna ez da zentzurik Jainkoaren maitasun baldintzagabearen errotuta ez badago. Gizon eta emakume gazte bat maitemindu eta gero gorrotoan erori daitezke. Gizakiaren maitasuna imperfektua da eta baldintza askok mugatzen dute, jainkozko maitasuna, berriz, perfektua eta amaigabea da.

Bizitzako abentura hau pertsona batek arriskuak eta akatsak borondate eta adimen hutsez gainditzen dituenean bakarrik osatuko da, handiek egin zuten bezala. Orduan, atzera begiratuko dute eta esango dute: "Proba horiek gogorrak eta arriskutsuak izan ziren, eta ia erori egin

nintzen, baina orain konfiantza dut neure buruarekin, Jainkoak begiak ireki eta ezagutza sakratua eman didanetik".

Bizitza abentura zoragarria dela esan dezakegu Jainkoak azkenean esaten digunean: "Proba ikaragarri eta mingots horiek guztiak amaitu dira, zurekin nago betiko, eta ezerk ezin dizu kalterik egin".

Giza adimena indartzen da gaixotasunei eta zailtasunei aurre eginez, zailtasunak bata bestearen atzetik gaindituz. Adimena ahultzen duen edozer gauza da bere etsairik okerrena, eta indartzen duen edozer gauza da bere babesleku. Mespretxatu zure bidean datozen zailtasunak eta zorigaitzak.

(Abu al-Qasim al-Shabbiren hitzetan):

Gaixotasun eta etsaien gainetik biziko naiz, arrano bat bezala gailur garai batean

Eguzki distiratsuari begira nago, hodeiei, euriari eta ekaitzei iseka eginez

Jainkoak erakutsi dit bizitza hau amets bat besterik ez dela. Jainkoarengan esnatzen zarenean, poz eta atsekabeen amets labur bat bezala gogoratuko duzu, ez besterik.

Eta orduan jakingo duzu betikotasunerako hilezkorra zarela Jainko Bakarrean

Bakea izan bedi zurekin

Elikadura espirituala

Dena igaroko eta desagertuko da, eta Jainkoa bakarrik da betiko konstantea eta munduan zehar jotzen duten ekaitz .eta urakan bortitz guztietatik babesleku segurua

Giza adiskidetasun laburrak ez dira baldintzarik gabekoak eta askotan berekoikeriaz zikinduta egoten dira, norberaren interesa amaitzen denean, maitasuna ere amaitzen baita. Hala ere, adiskidetasun espiritualak eta benetako eta bihotzeko maitasunak erantzukizun partekatua sortzen digute adiskidetasun hori elikatzeko eta maitasun horren garbitasuna zaintzeko. Norbait ulertzen saiatzen garenean, ezin dugu egin hura asaldatzen duena, eta ulertzen saiatzen ez garenean, bateragarritasuna ez da .existitzen

Mundu honi agur esango diodan eguna iritsiko da, baina lur honetan nagoen bitartean, nire poz handiena Jainkoaren mirariei buruz nigan konfiantza dutenekin hitz egitea eta erosotasuna, askatasuna eta segurtasuna eman didan .jainkozko argi horren irrika areagotzea da

:Auto-baieztapenak

Nire betebeharrak guztiak Jainkoarengandik indarra hartuta bakarrik bete ditzaket. Beraz, nire lehen nahia berari atsegin ematea da. Jainkoa da nire bihotzeko lehen maitasuna, nire arimaren nahirik handiena eta nire borondatearen eta .gogoaren azken helburua

Gure benetako nia —arima— hilezkorra da. Existitzen gara, eta gure existentzia betierekoa da. Olatua kostaldera

iristen da eta gero ozeanora itzultzen da bere burua galdu
gabe; aitzitik, ozeanoarekin bat egiten du edo berriro itzul
.daiteke [kostaldera] beste olatu baten moduan

Gailu elektriko baten kableak hausten badira,
espezialista batek ordezkatu ditzake. Baina nerbio-ehuna
narritadura larri batek kaltetzen duenean, nerbioek beren
funtzioa galtzen dute, eta nork ordezkatu ditzake? Beraz,
arreta eta kontuz ibili behar da nerbio-sistema
preziatuarekin aritzerakoan, barrutik birsortzen baita, eta
kaltetuta badago, ezin baita konpondu edo beste gailu
.batekin ordezkatu

Ikasleak Paramhansa irakaslearekin piknik batez
:gozatzen ari ziren naturan, eta honek esan zien
Zein zoragarria den bakean sentitzea eta zoriontasunez
beteta egotea! Jainkoak nahi du guk modu xumean bizitzea
.eta poz espirituala bizitzea

Pertsona batek amesgaizto kezkarri batetik esnatzen
den bezala, ikusi duena amets bat besterik ez zela
konturatzen den bezala, jainkozko kontzientziak pertsona
bat bultzatzen du lozorroaren eta nahasmenaren
amesgaiztotik esnatzera, bizitzaren esanahiaren eta
.xedearen ulermen berri batera eta sakonki ulertzeko
Esnatze espiritualaren egunsentia bizi eta ziurtasunaren
argiak ikusi nahi baditugu, barne-ahotsa entzun eta haren
.bultzadari erantzun behar diogu
Bidetik kendu behar ditugu arimaren bidaia oztopatzen
eta mugimendua oztopatzen duten ilusioaren harriak eta
ezjakintasunaren harkaitzak. Irrikaren eskuarekin jo behar
dugu axolagabekeriaren lozorrotik esnatzeko atea,
zoriontasunaren haizeak arnastu eta gure pentsamendu,
sentimendu eta ekintza guztietara zeruko elektrizitatea ekar
.diezaiogun

Benetako zoriontasuna ezin da dastatu nahi onek
txarrak gainditzeko ez badituzte, eta borondatea egiaren
iturritik eta existentziako on guztien iturbururantz
.norabide egokian zuzentzen ez bada

Benetako adiskidetasuna aberastasun guztiak baino
handiagoa da. Jendearekin benetako laguna izan zaitezke,
.Jainkoa aurkituko duzu

Jainkoa da arima onengan isurtzen diren jakinduriaren
eta inspirazio distiratsuen iturria. Bihotz maitekorren
intsentsu-ontzietatik ateratzen den zeruko usaina da. Arima
.estasi sakratuaz betetzen duen poz handiena da

Jauna, eskatzen dizut nire arima argitzeko, egia gorena
uler dezadan. Jauna, naturaren agerpenetan ikusiko zaitut
agerian: loreetan, zuhaitzetan eta gauza eder guztietan.
Hausnarketa espiritual sakonaren bidez, bakearen ateak
zabalduko ditut eta gogorrago saiatuko naiz nire bizitza
hobetzeko, bere benetako esanahia hobeto ulertu ahal
.izateko

Besteekin nagoenean, guztiz presente nago eta poz
handia sentitzen dut haiekin elkarreraginean, eta bakarrik
nagoenean, poz bera dut. Eta lanean ari naizenean, nire
energia eta borondate guztiarekin lan egiten dut, eta gero
.eta zoriontasun handiagoa sentitzen dut
Benetako nahiarekin eta barne-pozarekin lan egin behar
dugu, bestela gure bizitasuna galduko dugu eta ezingo dugu
gure energia berritu. Beti izan behar dugu zintzoak eta
zintzotasuna landu behar dugu gure borondatearekin batera,
zintzotasunarekin besteekin harmonia handiagoan lan egin
.baitezakegu

Ez atsekabetu galdu duzun maitasunagatik, heriotzaren
ondorioz edo gizateriaren izaera aldakor eta etengabe
aldakorragatik izan. Maitasuna bera ez dago inoiz benetan
galtzen edo hiltzen, baizik eta aldi baterako ezkutatzen
zaizu, agian, etengabe bilatzen duzun bitartean, bere
benetako esentzia aurki dezazun. Eta maitasunak ezkutatzen
jarraituko du aldi baterako, azkenean zure arimaren
sakoneneko txokoetan bizi den Maite jainkotiarren itxuran
.aurkitu arte

Pertsona batek ez luke egunero egoera psikologiko
deseroso berean bizi behar. Pertsona batek zintzotasunez
otoitz egiten badu eta Jainkoak eskatzen duena emango
diola konfiantza badu, Jainkoaren bedeinkapenak eta
.laguntza jasoko ditu

Ohitura txar sakonki errotuta badago, posible da hura
eten eta lekuz aldatzea, ohitura mental kontraesankor eta
aurkako bat sortuz eta ohitura toxikoa neutralizatu arte
.aktibatuz

Pertsona batek bere buruari ziurtatu behar dio hobera
aldatuko dela, eta indartsu izango dela gaur egun dituen
.ahulezia batzuk izan arren

Pertsona batek aldaketa positibo bat egiteko erabakia
hartzen duen unean, pertsona desberdin bihurtu dela
sentituko du, eta sentimendu horrek bizi-energia eta barne-
.poza ugari ekarriko dizkio

Batzuetan Jainkoak bere maitaleei argi handi, ahots
kosmiko, poz mugagabe edo gozotasun goreneko maitasun
.gisa agertzen die

Edo ulermen, jakinduria eta ezagutza gisa
Bere argia hedatzen eta zabaltzen da hego kosmikoen
antzera betikotasunean zehar, eta batzuetan lur hau amets
bat bezala ikusten dut argi horren bihotzean
Eta horrela konturatu nintzen mundua amets bat dela

Zuk eta zure benetako lagunek zenbat desadostasun
izan arren, beti egongo da ulermena eta komunikazioa zuen
artean. Adiskidetasun horiek elkarrekiko errespetuan
oinarritzen dira eta asko esan nahi dute zuretzat. Jainkoaren
maitasunean oinarritutako adiskidetasuna da irauteko patua
.duen harreman bakarra

Espirituaren distira alaia norberaren arreta barrurantz
jarriz hauteman daiteke. Hori lor daiteke adimena erabiliz
pentsamenduaren ikuspegi ederrez gozatzeko, norberaren
.baitan sakonki bizi den espirituaren erreinu ezkutuan

Pertsona batek lur honetan lortutako guztiaren ondoren,
bizitza hutsik dirudi, azkenean, dena atzean utzi beharko
baitu. Egun bat iritsiko da non pertsona bere ondasun
material guztietatik bananduko den. Jendeak aberatsei
inbidiatzen die haien aberastasunagatik eta botereagatik,
baina haiek ere dena atzean utziko dute, eta beren egintzek
.bakarrik lagunduko diete lur honetatik

Dizipuluetako batek huts egin zuen esperientzia
espiritual batean eta damuz eta mingostasunez bere buruari
:leporatzen hasi zen. Irakasleak, Paramhansak, esan zion
Ez hartu zeure burua bekataritzat, hala egiten baduzu,
zure barneko jainkozko kontzientzia zikintzen duzulako.
Zergatik lotu zeure burua zure ahuleziekin? Horren ordeztu,
baieztatu egia hau zeure buruari: "Jainkoarengandik gertu
:nago, eta maite nau". Otoitz egin hari
Ene Jainkoa, esker txarrekoa edo ona izan, zurea naiz."
".Esnatu nire oroitzapena eta zure irrika, Jauna

Paramahansa jakintsuak, bere buruaz gehiegi hitz egiten zuen bisitari harroputz batekin hitz egin ondoren, :esan zuen Jainkozko errukiaren euriak ez dira harrotasunaren" gailur garaietan biltzen, baizik eta erraz isurtzen dira "apaltasunaren haranetara

Lur hau etxe handi baten antzekoa da, familia global bat babesten duena, eguzkiak ematen dion bero nagusia, ilargi berak argitzen duena eta izar berdinek apaintzen dutena. Bere kideek aire bera arnasten dute, janari bera jaten dute eta ur bera edaten dute. Giza gorputz guztiak sentikorrak dira minarekiko eta lesioekiko. Hizkuntza guztien atzean pentsamendu bakarra dago, eta herri guztien ezaugarri eta .ezaugarri nazional guztien atzean giza izaera bakarra

Jauna, utzi zure presentzia sentitzen egiten dudan
ekintza guztietan. Lagundu iezadazu zure gidaritza iluntzen
duen beldurraren itzala uxatzen. Eta utzi nire irrika loreak
loratzen nire bihotzeko lorategian, zure etorreraren
.egunsentia zain dudan bitartean

Nire irrikazko arrosarioan errezitatzen ditut nire otoitzak,
 .jainkozko maitasunaren hariarekin lotutako aleak dituela
 Ene Jainko maitea, egin nazazu bizitzaren urretxindor,
 Zuri melodia gozoenak abesten dizkizuna. Utzi nazazu zure
 .ametsetatik eta zure irrikatik sortzen

Zuregana iristeko igotzen dudan eskailera bat
Bizitzaren aintzira uhintsuan, zure bizitza kosmikoa
ikusten dut. Erregutzen dizut nire desioen ibaiak gidatzeko,
zailtasunen basamortuetan zehar doazenak, zure ozeano
.kosmikoarekin nahas daitezen

Bekatua Jainkoa ezagutzen ez duen eta Hartaz arduratu
.gabe mantentzen duen edozer gauza da

Bizitzaren eta heriotzaren hostoan dardarka doan zure
ihintz tanta bat naiz, kostalderik ez duen zure itsaso
.jainkotiarantz isurtzen dena
Zure ihintzaren tanta ibiltari bat naiz, azkenean zeruko
etxera itzultzen ari naizena
Zure betiko ihintzaren tanta bat naiz iraganaren,
orainaldiaren eta etorkizunaren petaloetan dantzan
Zure ihintz tanta bat naiz, maitasunez mozkortua,
lurreko tentazioen hostoen gainetik segurtasunez irristatzen
zure jakinduriaren ur garbi eta garbiekin nahasteko Ez dut
neure burua galdu nahi, baizik eta zure ozeano zabalarekin
bat eginez infinituki hedatu Bai, zure ihintz tanta bat izan
nahi dut, Jainkoaren egarri den ezpain orok edaten duena

Jainkoak ulertzen zaitu beste guztiek gaizki ulertzen zaituztenean. Bera da maitekorra, zutaz samurki arduratzen dena eta beti zurekin errukitsua dena. Beste batzuek denbora laburrean maitasuna ematen dizute eta gero abandonatzen zaituzte. Baina Jainkoak ez zaitu inoiz uzten, ezta abandonatzen ere

Borondateak pentsamendua energia bihurtzen du, eta
 arrakasta nabarmena lortzen dutenak borondate irmoa
 duten pertsonak dira. Pertsona batek bere borondatea
 lantzen duenean, ez da egoera kaltegarrien aurrean amore
 ematen, zailtasunak handiak izan arren, baizik eta etengabe
 baieztatzen dio bere buruari bizitzako borrokan ez dela
 .garaitua izango

Arrazionalista harroputzetako batek Paramahansa
maisua nahasten saiatu zen gai filosofiko konplexuak

eztabaidatzen ari zela, eta maisuak irribarrez esan zuen:

."Egia ez da inoiz galderen beldur

Irakasleak esan zuen: "Ezinezkoa da Jainkoak gu
abandonatzea edo uztea. Sekretuan lan egiten du modu
guztietan guri laguntzeko eta gure aurrerapen espirituala

."bizkortzeko

Jende handiek dena lortzen dute Jainkoak emandako
fokuaren boterearen bidez, meditazioaren bidez landu
daitekeen boterea. Jainkozko botere fokatu hau erabiltzen
dugunean, arrakasta lor dezakegu eta gure gorputza,
.adimena eta espiritua garatu

Ekialdeko herriak, oro har, joera espirituala dute. Bizitza
filosofikoki ikusten dute eta kontenplaziorako joera naturala
lantzen dute. Hala ere, ekialdeko askok beren denbora librea
alferkerian eta nagikerian ematen dute, ezagutza espirituala
bilatu beharrean, baina oraindik ere kontzientzia espiritual
.handiagoa dute

Pertsona batek begiak ixten dituenean, mundu osoa
arazo eta miseria baino ez dela pentsatzen du, baina
jakinduriaren begia ireki eta lasaitasuna eta oreka
mantentzen dituenean, mundu honetaz gozatuko du, film
.atsegin bat ikusten ariko balitz bezala

:Meditazioa hasteko

Eseri geldirik, bizkarrezurra zuzen duzula, eta estali begi
urduriak betazalen artean. Mantendu geldirik. Askatu zure
gogoa zure gorputzaren masaren sentsaziotik, eta erlaxatu
zure gihar eta hezur astunekin lotutako nerbioak. Ahaztu
haragi zakarrean lotutako hezur-sorta trinko bat eramanez eta
.mugitzearen ideia

Erlaxatu, askatu zure gogoa zama fisikoaren
kontzientziatik. Ez pentsatu zure pisu fisikoan, baina sentitu
zure arima astun izatearen atributu iraunkorretik askatu
dela. Utzi zure pentsamenduak gora, behera, ezker eta
eskuin hegan egiten, infinituraino edo nahi duzun edozein
.lekutara

Sentitu eta hausnartu gorputzetik zure askapen mentala
Amestu, bizi eta sentitu hegaldi hau Posizio finko batean
eserita zauden heinean, askatasun hau etengabe eta
etengabe handituko da
Itxi betazalen ateak eta geldiarazi tentazio sentsualen
dantzak Utzi zure gogoa zure bihotzaren iturburu mugagabe
eta amaigabera jaisten Mantendu zure gogoa zure bihotzean
xurgatuta, bizi-odolez beteta dagoena, eta eutsi zure arreta
bere harietan tenkatuta, bere taupada erritmikoa sentitu
arte Taupada bakoitzarekin, sentitu bizitzaren pultsu
.indartsua

Imajinatu bizitza unibertsal bera milioika gizakiren eta
.beste milaka milioi izakiren bihotzen ateetan jotzen
Zure bihotzaren taupada etengabeak astiro
aldarrikatzen du zure ezagutzaren ateetatik haratago
dagoen botere infinituaren presentzia. Bizitza osoaren
:pultsazio leunak xuxurlatzen dizute
Ez jaso nire bizitzaren jario eskas bat bakarrik, zabaldu"
zure zentzumenen esparrua eta utzi zure odola, gorputza,
adimena, zentzumenak eta arima nire bizitza kosmikoaren
"pultsuan murgiltzen

Beti pentsatu behar dugu zer egingo dugun eta nola
eragingo diguten
Bulkada eta sena erabiliz jokatzeari ez da askatasuna,
ekintza okerrekin eragindako ondorio desatseginak katetxoak
baitira. Gure bereizketa zentzumenak onak direla eta
emaitza onak dituztela esaten dizkigun gauzak egin egin
behar dira, gogobetetasun eta askatasun sentsazioa

ekartzen baitute. Ikuspegi jakintsu honek zorte ona eta
.bedeinkazioak dakartza

Dizipuluak Jainkoarekin harmonian dagoela konturatzen
denean, espirituz pozten da eta pozik oihu egiten du: "Jauna,
ez dut munduan zu baino zoragarriago eta gozoagorik
."aurkitu

.Haizea jolasean ari da
Eta zuhaitzak hasperen egiten du
Eta eguzkiak irribarre egiten du
Eta ibaia kulunkatzen da
Eta lurrak bere izarrez estalitako jantzi beltza aldatzen
du

Argi urrezko jantzi distiratsu batean
Eta naturak bere edertasuna erakustea maite du
Urtaro alaien koloreak aldatzen
Eta erreka borborka ari da beti saiatzen
Arimak inspiratutako pentsamendu sakon bati buruz
balbukatzea

Eta txoriek abestu eta trillatu nahi dute
Gauza ezezagunak bere bihotzean garatzen ari direla
Baina gizakiak badu gaitasuna
Argi eta garbi hitz egitea, eta esanahi berriekin
Unibertsoaren Maisuari buruz
nonahiko
Gainerako izakiek ezin izan zutena egin
Bere presentzia ezagutzera emateari eta iragartzeari
buruz

Paramhansa irakasleak ikasleetako bat zigortu behar
izan zuen akats larri batengatik, eta geroago hasperenka
:esan zuen

Nola nahi dudan besteengan eragina izatea"
maitasunaren bidez bakarrik, bihotza hautsi eta mindu

egiten baitzait beste modu batean entrenatzea saihesteko
"modurik ez dagoela ohartzean

Hausnarketaren santutegian, bi kandela pizten ditut:
egunsentiko kandela eta esnatzearen kandela. Nire irrika
sutsuaren girlanda ederrak inguratzen dituzte zure
presentzia guztiz inguratzailearen oinak. Zure maitasunaren
usainak, nire bihotzaren lapikoan loratzen denak, nire
bizitzako txoko guztiak betetzen ditu. Nire beldurren eta
ilusioen itzalak desagertu egin dira zure argiaren
distirarekin, Jainko maitea, existentzia labur honen
ametsetatik betiko esnatu nauena. Betiko erne eta begi
sutsuekin, etengabe begiratuko diot zure aurpegi infinituari,
!haren adierazpen paregabe eta beti presenteak hausnartuz

Haserreak edo gorrotoak pertsona bat hartzen duenean,
izaera osasungaitza hartzen dute. Haserreak kontsumitutako
pertsona batek bere emozioen kontrola galtzen du eta beste
batzuei kalte egin diezaieke. Beraz, akatsa da emozio
bortitzek norberaren ekintzak kontrolatzen eta agintzen
uztea, horrek norbera umore gogor eta jarrera kaltegarrien
zelula batean giltzapetzen baitu, eta horiek dira depresio eta
estres psikologiko guztien iturria. Gogo-egoera deseroso
horietatik ihes egiteko, kontzientzia fisikoarekin hain estu
lotuta dauden sentimendu eta emozio horiek desegin behar
dira. Meditazioa [hau da, Jainkoarengana bihotzez,
.arimarekin eta gogoz jokatzeara] da bidea

:Baieztapenak

Nire pentsamenduak eta hitzak zainduko ditut, haietatik
ederra eta egiazkoa bakarrik atera dadin. Jainkoarengan
fede osoz jarraituko dut, jakinda bere boterea niregandik
igarotzen dela, bere nonahikotasunak inguratzen nauela eta
.bere ardurak zaintzen nauela

Jauna, materiaren beloak zulatu eta Zure maitasuna
aurkitu dut, eta orain konturatzen naiz adimen kosmikoa eta
edertasun espirituala adierazteko ibilgailua naizela. Nire
indar eta gaitasun guztiak Zure jainkozko nahia agerian
.uzteko eskainiko ditut

Zutaz pentsatzen dudak bakoitzean, irrika sutsu baten
eztanda bat igotzen zait barruan, nire emozioak astintzen
eta nire bihotzetik nire izatearen zelula guztietara isurtzen,
jainkozko maitasunez betez. Nire desio sakonena zure
izatearen muinera iristea eta zure presentziaz gozatzea da.
Bat-batean, nire arimaren atea irekitzen da, eta ai, zure argi
!distiratsua ikustean gainezka egiten didan poza

Zurekin bat eginez, Espiritu Guztiz Inguratzailea, bizitza
kosmikoaren beraren pultsua bihurtuko naiz. Arimen
itsasoan igeri egingo dut eta giza emozio sakratuen
olatueta dantzatuko dut, denak poz bedeinkatuz bustiz.
.Aspirazio sublimeen uholde unibertsal bat askatuko dut
Besteekiko errukiaz isuritako malko guztiak izango naiz
Santuen urrezko isiltasunean eta gogo arrosen itxaropen
loratueta egongo naiz Oi, desioen emaille leial! Nire
txinparta betierekoa zure argi infinituarekin nahasten
.denean, begi guztietan distira egingo dut

Bizitzako uda egunetan, emozioen nektarra biltzen dut
arima onen lorategietan loratzen diren bertutearen lore
gozoetatik, eta bihotzean gordetzen ditut barkamenaren
albahaka garaiaren esentzia destilatua, apaltasunaren kimu
usaintsuak eta pentsamenduaren loto lore arraro eta
samurrak. Eta neguko proben elur hotzak eta lurreko
banantzearen min mingarriak inguratzen nauenean,
berotasuna eta kontsolamendua bilatzen ditut nire bihotzeko
gelaxkan gordetako nektarrean. Zelula horretan, zure
presentziak bedeinkatua, askotan aurkitzen dut erle

jainkotiarra nire irrika zaharren gozotasuna zurrupatzen, eta
.lasaitasuna, poza eta erosotasuna sentitzen ditut

Barne-bakerik gabeko aberastasun materiala izatea laku
batean igeri egiten ari zaren bitartean egarriz hiltzea
bezalakoa da. Behar materialak saihestu behar badira,
pobrezia espiritualak gutxietsi behar da, gizakiaren min eta
sufrimendu guztien erroa baita. Guraso aberatsek, seme-
alabei dirutza handiak uzten dizkietenek, askotan haien
hazkunde psikologikoa ito eta haien garapena eta
zoriontasuna oztopatzen dituzte, eta hauek beren
.ahaleginen menpe daude

:Irribarrearen Eguna dela eta

Une zail batean, zure ahotsa entzun nuen, nire ama
kosmikoa, xuxurlatzen: "Nire babesaren eguzkiak berdin
distira egiten du zure ordu distiratsuenetan eta ilunenean. Ez
kezkatu, nire seme-alaba, baina sinetsi eta irribarre egin!
Utzi nire sendatzeko argia zure irribarre gardenen bidez
distira egiten. Zoriontsu izanda, nire seme-alaba, zoriontsu
"!egiten nauzu eta asebetetzen nauzu

,Ai, Jauna

Zure inspirazioaren haizeak uxatu ditu hodei guztiak
nire gogoaren horizontetik, orain garbi eta argi agertzen
dena. Begi garbiekin, bakarrik ikusten zaitut nonahi. Zure
eguzki bedeinkatuaren izpiek nire izatearen txoko sakonenak
zeharkatzen dituzte, eta mendeetako gosez, zure argi
.bedeinkatuak elikatzen nau

:Paramahansa irakasleak dizipulu talde bati esan zion
Jainkozko kontzientzian sakon murgiltzen zarenean"

begi espiritualaren bidez, laugarren dimentsioa barne
munduko mirariekin distiratzen ikusiko duzu. Zaila da egoera
horretara iristea, baina zein egoera zoragarria eta alaia den!
Ez konformatu zure meditazioan bake pixka bat lortzearekin,

baizik eta bihotz-bihotzez irrikatu Jainkoaren bakea eta
".egarri izan haren zoriontasunaren bila

Munduak behar duena anai-arreben arteko maitasuna,
batasuna, berdintasuna eta Jainkoarenganako maitasunez
betetako bihotza eta haren lege moralak betetzea da.

Arazoak eta zailtasunak pertsona batek bere iraganeko
ekintzen kontzientzia ez izateagatik sortzen dira, leku eta
une jakin batean egindakoak. Beren egungo sufrimendua
esandako pentsamendu eta ekintzetatik dator,
kontzientziaren lurzoruan sustrai hartu dituztenak, landare
bihurtu direnak eta pentsamendu eta ekintza horien izaera
.islatzen duten fruituak eman dituztenak

Jainkoak maite duen tenplua lasaitasunaren, bakearen,
maitasunaren eta edertasunaren tenplua da, eta tenplu
horretan sartzen den edonor lasaitasun espiritualez
.inguratuta geratuko da eta jainkozko presentzia ukituko du

Norberak bere burua hobetzeko eta besteei mesede
egiteko jarduera eraikitzaileetan parte hartu beharko luke,
eta Jainkoa ezagutu nahi duenak egunero ahalik eta gehien
.ongia egiten eta besteei laguntzen saiatu beharko luke

Kanpoko portaerak pertsona baten barne bizitza islatzen
du. Kanpoko luxuek ezin dute zoriontasuna ekarri,
zoriontasuna pertsona batek bere burua eta bere bizitzaren
norabidea zenbateraino kontrolatzen duenaren arabera
.baita

Goizero esnatzen naizenean, zenbait asmo positibo
hartzen ditut eta beteko ditudala agintzen diot neure
buruari. Gero, egunean zehar asmo horiek berrikusten ditut
eta betetzera motibatzen naiz. Neure buruari agindu niona
lortu dudala konturatzen naizenean, garaile sentitzen naiz.

Horrelako konpromiso autoerabakiek determinazioa
zorrozten eta borondatea indartzen dute; bestela, pertsona
batek emozio nahasiek eramanda eta sentimendu
.negatiboek gidatuta aurki dezake bere burua

Adiskidetasuna etxean hasi behar da Zure familian
zurekin bereziki bateragarria den norbait aurkitzen baduzu,
lehenik landu adiskidetasun hori Ondoren, balio berdinak
partekatzen dituen ezagutzen duzun norbaitenganako
erakarpena sentitzen baduzu, landu adiskidetasun hori
Desira berekoi eta kalkulu pertsonal guztiak ezabatu behar
dira, eta jende onarekin harreman atseginak sendotu behar
dira

Jainkoa maite dutenak dira nire benetako anai-arrebak.

Ezjakinak errukitzen ditut eta harroputzen konpainia
saihesten dut, baina Jainkoa maite dutenengandik hurbil
.sentitzen naiz eta pozik nago haiekin komunikatzeaz

Jainkozko maitasuna ezin da deskribatu, baina bizi
daiteke bihotza purifikatzen denean eta Maite kosmikoaren
irrika areagotzen denean. Adimena eta zentzumenak
Jainkoarengana zuzentzen direnean, poz espiritualak ugari
.isurtzen da bihotzaren iturburutik

Bihotzaren sakonean, tronu sekretu bat eraiki dizut. Nire
pozaren kandelak ahulki piztuta daude zure etorreraren zain,
.eta distira handiagoa izango dute agertzen zarenean

Umore ilunean murgiltzea heriotza motela da, eta
egunero alai eta baikor sentitzen saiatzea, proba nahasi eta
.larrigarri guztiak gorabehera, jaiotza espiritual berri bat da
Jainkoa aurkitzen duzunean, benetako eta iraunkorra
den poztasuna biziko duzu. Gizakien adiskidetasunak hautsi

eta hautsi egin daitezke, baina Jainkoak ez zaitu inoiz
abandonatuko. Beste guztiek abandonatzen bazaituzte ere,
Jainkoa zurekin badago, dena duzu bizitza honetan eta
.zatirik osatuena eta ugariena irabazi duzu

Paramahansa maisuak esan zion jainkozko argia
:ikusteko aukera zalantzan jartzen zuen bati
Zalantza baduzu, ez duzu ikusiko; ikusten baduzu, ez"
"duzu zalantzarik izango
:Ikasle atzeratzen ari ziren talde bati esan zien
Zuen bizitza antolatu eta zuen denbora kudeatu behar"
duzue. Jainkoak ordena sortu zuen; eguzkia irteten da
ilunabarretara arte eta izarrak distira egiten dute
".egunsentira arte

Gehienetan, jendeak bere ikuspuntutik hitz egiten eta
jokatzen du, gutxitan ikusten edo saiatzeko dira gauzak
bestearen ikuspuntutik ikusten. Bi pertsona eztabaida
batean sartzen badira eta gero liskar bihurtzen badira, errua
biena da, eztabaida nork hasi duen kontuan hartu gabe.
Argitasuna eta jakinduria dutenek gaiei modu logiko,
.arrazional eta ulermenez heltzen diete

Egunsentian jaikiko naiz eta lo dagoen nire maitasuna
esnatuko dut, nire arimaren baitan bakearen Jainkoarekiko
benetako debozioaren argitan ikaratu dadin. Jauna,
debozioaren suharriz eraikitako tenplu ikusezin batean,
onartu nire bihotzaren eskaintza xumeak, egunero erregutuz
.berritzen direnak

Babestu zeure burua jakinduriaren gotorlekuan,
santutegirik handienez. Ulermen perfektuak ezerk ezin
.dizun kalterik egin lekura eramango zaitu

:Paramahansa irakasleak dizipulu talde bati esan zion

Damutzeak ez du esan nahi akats bat damutzea"
bakarrik, baizik eta berriro ez egitea. Benetan damutzen
zarenean, gaizkia uztea erabakitzen duzu, bertara itzuli
gabe. Bihotza gogorra da eta ez da erraz biguntzen. Bigundu
ezazu otoitz eta erreguekin, eta jainkozko bedeinkazioak
".zure gainera jaitsiko dira

Askotan familian ogiaren irabazle edo hornitzaile batzuk
aurkitzen ditugu, aita edo semeak izan, eta gizarte
batzuetan amak edo alabak, joera autoritarioa erakusten
dutenak, beren iritzia kontrolatu eta inposatzeko eskubidea
.ematen dien posizio batean daudela sentitzeagatik
Diktadore txiki hauek ez dute beren haserrea askatu
behar beren senideengan, haiek behar baitituzte eta haien
menpe baitaude. Hala egiten badute, maite dituztenen
.errespetua eta estimua galduko baitute

Norbait jaiotzetik borondate ahulekoa dela eta ezin dela
indartsu bihurtu esatea baieztapen faltsua da, pertsona hori
handia izan daitekeelako eta bizitzako alderdi guztietan
.gauza zoragarriak lor ditzakeelako

Pertsona batek bere maitasuna eta asmo onak besteei
sentiaraztea lortzen duenean, bere maitasuna zabaldu eta
bihotz guztietan dabilen maitasun unibertsalarekin
.nahastuko da

Arimaren lasaitasunean, eta arreta mentalen eta gero
eta handiagoak diren irriken basoan, ez dago jainkozko
maitasunaren mugarik, eta bedeinkatua da presentzia
bedeinkatua sentitzen duena eta batasunaren nektarra
.dastatzen duena

:otoitz bat

Jauna, eman iezadazu haur errugabeen konfiantza
Zuregan eta Zuri debozio osoa. Bedeinka nazazu nire
otoitzen atzean Zure hurbiltasuna senti dezadan, nire
emozio guztietan Zure presentzia bizi dezadan eta zure
jakinduria argituak nire ulermena eta ezagutza eusten
.dituela kontura dezadan

Paramhansa irakasleak ikasleetako bat goraipatu
:ondoren, honakoa gaineratu zuen
Ona zarela esaten dizutenean, ez zenuke utzi behar"
zarena baino are hobe izateko ahalegina egiteari. Zure
etengabeko hobekuntzak zoriontasuna ekarriko dizu zuri eta
".zure maiteei

Munduko egungo buruzagiak argituak balira eta
elkarrekin lan egingo balute, gerra eta pobrezia
desagerrarazi ahal izango lituzkete urte gutxiren buruan.
Kontzientzia espiritualak bakarrik (jainkozko presentziaren
sentsazioa) salba dezake mundua, eta hori gabe, ezin da
bakea lortu. Gizateriak bere buruarekin hasi behar du,
denbora oso preziatua baita alferrik galtzeko, eta
gizateriaren betebeharra da Jainkoaren erreinua Lurrera
.ekartzeko bere eginkizuna betetzea

Adiskidetasuna jainkozko maitasunaren loturaz arimak
lotzen eta elkarrengana hurbiltzen dituen erakarpen
espiritual unibertsala da, bihotzek egarria ase dezaten eta
arimak giza bideetatik doan zeruko maitasuna dastatzen poz
.daitezen

Jainkoarenganako maitasuna lantzen duenak eta
zoriontasun eta oparotasun garaietan Harekin duen

harremana sendotzen duenak Jainkoa bere ondoan aurkituko
du behar duenean, baina atzeratzen duenak eta harreman
hori sendotzeaz arduratzen ez denak bere kabuz egin
beharko die aurre bere probei, jakinduriaz eta erabateko
.menpekotasunez, Lagun Gorena aurkitzeko gai izan arte

Mundu osoa nahasmen eta galera itsaso batean itota
dago asegaitz eta asegaitz den gutizia dela eta. Gutiziak eta
avariziak gerrak sortzen dituzte. Benetako heroia bizitzaren
borrokan bere burua garaitzen duena da. Dirua, ospea,
lizunkeria eta printzipio honen aurka egiten duen guztia
.kaltegarria da gure bakearentzat eta zoriontasunarentzat

Jainkoa arimaren lasaitasunean agertzen da, eta haren
presentzia poz-sentimendu gainezka baten bidez sumatzen
dugu, gure nahi espiritualak bete daitezen eta gure irrikak
.eta maitasunak beren helburura iristeko

Ezagutza espiritualak zientzia naturalen eta berrikuntza
teknologikoen aurrerapenarekin batera garatzen ez bada,
gizabanakoak eta nazioak miseria eta suntsipenaren
.labirintoetan galduko dira

Jainkoak nahi du gu harengana etortzea eta ezagutzea,
baina jende gehienak ez du nahi. Hala ere, mundua iluntzen
zaienean eta arazoen tranpetan erortzen direnean edo
gaixotasunen biktima bihurtzen direnean, presaka joaten
.dira Hari erregutzero eta laguntza eskatzera

Askok zalantzan jartzen dute Jainkoa bilatzea, uste
baitute hala egiten badute, bizitza ilun bihurtuko dela, poza
eta edertasunik gabe. Baina guztiz kontrakoa da egia.
Jainkoarekin harmonia perfektuan bizi dudak zoriontasun

hutsa deskribaezina da; egunez eta gauez poz espiritualean
bizi naiz. Poztasun hau Jainkoaren bedeinkapena da, eta
Jainkoa ezagutzeak miseriatik askatzea eta bake eta
.asebetetze sentsazioa esan nahi du

Bizitza honetako jende gehienarentzat gako-hitza "ni"
da. Joera eta joera espiritualak dutenek besteengan
pentsatzen dute beren buruan pensatzen duten
bezainbeste. Beren buruan bakarrik pensatzen dutenek
ingurukoen etsaitasuna eta haserrea ekartzen dituzte beren
gain. Baina besteen sentimenduak eta interesak kontuan
hartzen dituztenek ikusten dute besteek beren buruan
pentsatzen dutela eta haien sentimenduak kontuan hartzen
.dituztela

Herri batean ehun pertsona badaude, eta bakoitzak
besteengandik kentzen saiatzen bada, bakoitzak laurogeita
hemeretzi etsai izango ditu. Baina bakoitzak besteak
laguntzen saiatzen bada, bakoitzak laurogeita hemeretzi
.lagun izango ditu

Horrela bizi izan nintzen eta ez nuen ezer galdu besteei
emanez. Izan ere, eman nuen guztia itzuli zitzaidan
Jainkoaren graziaz biderkatuta. Orain ez dut ezeren irrikarik,
nire baitan sakonean daukadana munduak eskain dezakeen
edozer baino handiagoa eta preziatuagoa baita. Pertsona
batek benetan bilatzen duena zoriontasuna da, eta
zoriontasuna lortutakoan, zoriontasunera eramaten duten
.inguruabarrek duten beharra desagertzen da

Besteei asmo onak bidaltzen dizkiezunean, zure
kontzientzia zabaltzen da. Zure hurkoarengan pensatzen
duzunean, zure izatearen zati bat aktibatzen da
pentsamendu horrekin batera. Baina pensatzea bakarrik ez
da nahikoa; prest egon behar dugu gure pentsamenduak
ekintzara eramateko. Altruismoak bedeinkazio asko eta
zoriontasun handia ekartzen dizkio praktikatzaileari,

altruismoaren bidez, norberaren zoriontasuna mantentzen
baitu. Nire helburua besteak zoriontsu egitea da, nire
.zoriontasuna haien zoriontasunetik datorrelako

Pentsamendua arazo guztien iturria eta zoriontasunaren
iturburua da. Gizakia bere esperientzia guztiak baino
indartsuagoa da, Jainkoak bere gogoa eta gorputza
kontrolatzeko boterea eman diolako, eta bere gogoa ez luke
.pentsamendu negatiboekin pozoitu behar

Jainkoarekin harmonian daudenek bizitzako erronka
handienak eta beldurgarrienak gainditu ditzakete. Eta amets
unibertsal hau batzuetan amesgaizto bat dirudien arren,
Jainkoarekin harmonian gaudenean, amesgaizto horretatik
.libre aurkitzen gara

Bakterio mota bat dago, bi ordutan jaio, ugaltu eta
hiltzen dena. Bakterio mota honek egun bakarrean, edo are
gutxiagoan, lortzen du gizakiek denbora luzez, agian
.laurogei urtean, lortu beharko luketena

Bizi garen hirurogeita hamar edo laurogei urteak
betikotasuneko une iheskor bat baino ez dira. Ikuspegi
erlatibo batetik, guri gertatzen zaigun guztia goian
aipatutako bakterioei gertatzen zaien abiadura berean
.gertatzen da gutxi gorabehera

Beraz, ez dugu denbora galdu behar, ezta nahiek eta
kapritxoek gu kontrolatzen utzi behar ere, eta gure
kontzientziak onartzen ez duena egitea ere saihestu behar
dugu. Pertsona bat bere buruaren, pentsamenduen,
sentimenduen eta ekintzen jabe bihurtzen denean, inork edo
.ezerk ezingo dio eragin

Bizitza lur zakarrean lozorroan dago, loreen edertasunaz
amesten du, eta indartsu esnatzen da animalengan eta
gizakiaren kontzientzian, bere potentzial mugagabea
.konturatuz

:Jakintsuek diote

Jainkoaren maitasunak eta bertuteak bultzatutako
egintza onen fruitua harmonia eta garbitasuna da. Desira eta
anbizio berekoiek bultzatutako egintzaen fruitua mina eta
sufrimendua da. Egintza gaiztoen fruitua ezjakintasuna eta
.ergelkeria da

Ekintza onek zoriontasuna ekartzen dute, eta maitasun
propioak bultzatutako munduko ekintzek, berriz,
sufrimendua eta mina eragiten dute. Ekintza gaiztoek, berriz,
pertsona baten bereizketa eta ulermen gaitasuna suntsitzen
.dute

Batzuek jakintsuaren izena honela idazten dute:

Paramahansa edo Paramahansa Yogananda

Behetik gora: Arrakasta istorio bat

Paramhansa Yogananda maisuaren hitzaldi gehiago

:Hurrengo estekan

www.swaidayogacom

Benetako istorio bat da hau, etengabe huts egiten zuen)

pertsona bati buruzkoa, baina pentsamendu sortzailea eta
baieztapen positiboa praktikatuz, azkenean bere porrotaren
arrazoiak gainditu eta arrakasta bere borondateari lotu ahal
(izan zion pertsona bati buruzkoa

Berez arrakasta duten pertsonak dauden bezala,
ohituragatik huts egiten dutenak ere badaude

Nire laguna eta ikaslea (S) jaiotzetik porrot egin zuen.

Egia da mutil adimentsua, arduratsua eta dirua irabazteko gogotsua zela, baina lan edo karrera bati buruz pentsatzen hasi bezain laster, porrotaren faktoreak inguratu zuten .hasieratik

Egun batean esku hutsik etorri zitzaidan, hartzekodunek .jazarririk, lagunek abandonaturik, aholku eske

Bere arazoen arrazoiari buruz galdetu nion, eta esan :zidan

Jauna, porrot bat naiz. Ez dakit arrazoiren batengatik," baina lana hasten dudana bezain laster, galtzen dut, eta lan egiten dudana lekua ere kaltetzen da. Enpresariak bere negozioa galtzen du ni kontratatu eta gutxira. Horregatik, beldur naiz lana bilatzeko, kontratatuko nauten enpresarien interesak oztopatzeko beldurrez. Nire ezegonkortasun hutsala dela eta, ziur nago ezinbestean nire lana galduko dudala, kontratatuko nauen enpresak porrot egin eta ateak itxiko baititu, eta ondorioz kaleratuko nau. Beraz, ez dut beste pertsonen negozioak suntsitzeko eskubiderik, haiekin ."dudana loturagatik soilik

Enpresa txiki batean lana aurkitzea lortu nuen eta baieztapen hau bere buruari errepikatzeko eskatu nion :gauero, lotara joan aurretik eta baita esnatzean ere

Egunero eta egunero gero eta arrakastatsuagoa naiz" "nire lan arloan

Hilabete bat igaro zen, eta (S)-k ohartarazi zidan:

"Jauna, kontratatu duzun enpresa ezegonkor bihurtzen ari da eta bere egoera ez da itxaropentsua. Otoitz egiten dizut bertatik ateratzeko erabat erori baino lehen, enpresa huts egiten duenean nire lana galduko baitut nolanahi ere. Baina

orain dimisioak enpresari nire gorabeheren ondoriozko patu
."saihestezin eta kezkarria salba diezaioke

Barre egin nuen, (S)-k esandakoari jaramonik egin gabe,
eta, horren orde, bere ikuspuntua azpimarratzen jarraitzeko
eta bere lana mantentzeko eskatu nion. Aste batzuk
geroago, arratsalde batean etorri zitzaidan eta hasperenka
:esan zidan

"Beldur nintzena gertatu da, hain zuzen ere"

"?Galdetu zion: "Zer gertatu da

Esan zuen: "Enpresa erori egin da, esan nizun bezala eta
."iragarri nuen bezala

Protesta eginez esan nion: «Ez al da egia zeure buruari
'Egunero eta egunero gero eta arrakasta handiagoa dut nire
lan-arloan' ziurtatzen zenuenean, hitz horiek loro baten
moduan errepikatzen ari zinela? Eta zalantzazko olagarro
batek zure garuneko tolesdurei heltzen ziela, zeure buruari
esaten ari zitzaiola: 'Ergela, zure egoera okerrera doa,
.«!arrakastaz konbentzitzen saiatzen zaren arren

Hark erantzun zuen: "Bai, horixe da benetan gertatzen
."ari dena

ek bibrazioak eta pentsamendu negatibo astunak-(S)
kentzea aholkatu zuen bere buruan agertzen diren bezain
laster, batez ere baieztapen positiboa errepikatzeko,
kontzienteki konbentzitutako dagoen adimenak
subkontzientean edo inkontzientean eragina izan
dezakeelako, eta horrek, aldi berean, erresonantzia
magnetikoaren legearen bidez, ohituraren boterearen bidez
.eragiten dio kontzienteki

Nik gaineratu nuen: «Pentsamendu eta ohitura
positiboak maiz baieztatzea, subkontzientean sartu eta

errotu arte, nahikoa da heredatutako edo eskuratutako subkontzienteko oztopo mentalak kentzeko. Ez dago arrakastarik izateko modurik, etsipen eta frustrazio pentsamenduak eta sentimenduak kontzientean edo subkontzientean errotuta dauden bitartean. Arrakastarako baldintzen artean, sormen gaitasuna, egoera faboragarriak eta joera jaiotzetikoak edukitzea daude. Goi-kontzientzia bere gaitasun mugagabeekin ukitzeko gai bazara, orduan oraindik ihes egiten dizun eta atzemateko gai ez zaren .«arrakasta horretarako aukera berriak sor ditzakezu

Eta (S)-ri beste lan bat lortzen lagundu ahal izan nion, lehenengoa baino handiagoa. Baina sei hilabete igaro ondoren (gure lagunak lanean eman zuen aldirik luzeena izan zena), arratsalde batean esan zidan: "Enpresaren egoera azkar okertzen ari da, beraz, mesedez, kendu nazazu ."

"azkar

Ez nien bere kezkari jaramonik egin, baina bere lanarekin jarraitzeko eskatu nion. Aste batzuk geroago, (S)-k irribarrez esan zidan: "Haizeak eraman du niretzat antolatu

"!duzun bigarren lana

Lasai esan nion: "Ez kezkatu, beste lan bat aurkituko

."

"dizut

Hark erantzun zuen: "Beno, jauna, jabeekin dudana loturagatik beste enpresa bat botatzea zeure gain hartzen

."

"duzun bitartean, ez dut inolako eragozpenik

Ahalegin etengabeari esker, lanpostu oso ona aurkitu nuen (S)rentzat enpresa handi batean. Urtebete igaro zen eta ez zen ezer gertatu, nahiz eta (S) astero saiatzeko enpresa uzten, aurrekoak bezala suntsituko ote zen

."

"beldurrez

Azkenean, bere dirua bere negozioan inbertitzeko eskatu nion, eta beldurtu egin zen eta harriduraz begiratu zidan, esanez: "Hau al da aholkatzen didazun hori? Ez al duzu uste neke handiz pilatu dudan dirua galduko dudala"? inbertitzen badut

Ziurtasunez ziurtatu zion: "Zure dirua eta energia proiektu on batean inbertitu behar dituzu, hala nola inbertsio handirik behar ez duen tokiko ostalaritza zentro batean, eta . "zure arrakastaz ziur nago

Urte gutxiren buruan, (S) jabetza eta biltegi handi askoren jabea bihurtu zen

Behin bere arrakastaz konbentziturata, egiten zuen guztian arrakastatsua zela ikusi zuen. Egun batean, barreka, esan zidan: "Jainkoari eta zure laguntzari esker, porrot izatetik gizon arrakastatsu bihurtu naiz. Porrota gainditu dut eta konturatu naiz nire etengabeko porrota nire betebeharra ulertzeko faltagatik zela. Baina ez dakit nola lortu dudan arrakasta izatea, nire zalantza hutsalen ondorioz besteen . "Iana suntsitu ondoren

Beraz, azaldu nion: «Ez zenituen zuk suntsitu lantzen ari zinen interesen alde. Jendea gobernatzen duen erakarpen legeak, antzeko bibrazioetan oinarrituta, negatiboki edo positiboki funtzionatzen du (antzekoak antzekoak erakartzen «.ditu)

Zure berezko izaera akastunak jada kolapsoaren ertzean zeuden enpresetara erakarri zintuen, eta alderantziz. Beraz, porrot bat izan zinen, eta enpresak ere kolapsoaren ertzean zeuden. Elkarrekiko erakarpen legearen arabera, zu eta enpresa horiek porrotaren muinotik behera erori eta .harkaitzen kontra talka egin zenuten aldi berean

Istorio honen morala da benetako arrakasta norberak
behar duena borondatearen bidez sortzean datzala, goi-
mailako kontzientziaren botere mugagabea esnatuz. Botere
hau esnatu daiteke meditatzeke eta modu positibo eta
sortzailean pentsatzeko modu zuzena ikasiz, osasuna,
.arrakasta, jakinduria eta zoriontasuna lortzeko

Bakea izan bedi zurekin

Arimaren lasta-solairuetatik

Badakizu zergatik pertsona batzuek ezin duten lortu
Zer bilatzen dute bizitzan bide zilegietatik, zenbat saiatu
?arren
Lehenik eta behin, jende gehienak ilusio epelarekin lan
egiten duelako
Beren arretaren hamarren bat baino ez dute erabiltzen
Beraz, ez dute arrakasta lortzeko ahalmenik
Gainera, kausa ekintza okerrak izan daitezke
Iraganean egin zuten, eta kaltea eragin zien
Frustrazio eta porrot kasu kronikoekin
Baina ez duzu inoiz onartu beharrik
Karmaren mugak eta mugak
Ez zenuke sakonean sinetsi behar zuk
Ezinezkoa zure helburuak lortzea
Zure helburua lortzen ez duzunean
Arrazoia askotan zeure burua konbentzitzean datza
Ez zarela gai nahi duzuna lortzeko
Baina zeure burua konbentzitzen duzunean
Botere mugagabeak dituzula
Gauza bikain asko lor ditzakezu
Jainkoarekin konektatzeak kontzientziaren bibrazioak
aldatzen ditu
Kezkak blokeatutako gogoaren bideak irekitzen ditu
Gauza materialekiko gehiegizko kezka

Pentsamenduari eta sentimenduari dimentsio espiritualak
gehitzen dio
Ondorioz, testamentuaren kateak hautsi dira
Eta askatasun eta ikusmen osasuntsu baten horizonte
bat sortzen da ariman
Hau erabiltzen duten guztien onurarako funtzionatzen
.duen lege espiritualak da
Pentsamenduaren izpiak sakabanatu gabe fokatzen
direnean
Jainkoaren botere handia dator
Eta botere horri esker
Arrakasta espiritualak, psikologikoa eta materialak lor
dezakezu
Botere bedekatu horretara jo dut
Behin eta berriz nire bizitzan
Eta badakit ziur Jainkoaren boterea ez dela inoiz huts
egiten
Gauza bera egin dezakezu nahi baduzu
Beste indarrek arrakasta ekar dezakete
Irauten ez duen arrakasta bat da
Baina adimena jainkozko magnetismoz kargatuta
dagoenean
Argi handi bat aterako da bertatik
Jainkoaren presentzia erakusten da
.Parekorik ez duena
Dakitenek diote
Jainkozko ezagutza ezin da eskuratu idatziak aztertuz
Ez adimenez eta zuhurtziaz
Ezta filosofietan sakonduz ere
Aitzitik, jainkozko graziari esker dastatu daiteke
ezagutza horren gozotasuna
Bihotz garbikoek bakarrik aukeratzen dute Jainkoa, eta
Hark aukeratzen ditu
Eta bere graziari esker ikus dezakete bere argia
Filosofoek eta teologoek jakin eta onartu behar dute

Jainkoaren izaera infinitua dela
Ezin da ulertu edo aztertu
Pentsamendu estu baten ikuspegi mugatuarekin
Jainkoa ezagutzeko, haren presentzia geuk
esperimentatu behar dugu
Jainkoak maite dutenei agertzen die bere burua
Zoriontasun espiritual gorenaren sentimendu gisa
Giza kontzientzia gainezka dago
Eta egia goren baten existentziaren berrespen
.zalantzarik gabea dakar berarekin
Giza esperientzia ezaguna gainditzen
Ez dago logika edo teologia kopururik
Proba harrigarri hau
Esperientzia espirituala barne sentimenduetan
oinarritzen delako
Eta dimentsio leun baten eta argi distiratsu eta
liluragarri baten pertzepzio intuitiboa
Esperientzia mistiko hori lortzeko
Jainkozko maitasuna ezinbestekoa da
Jainkoaren hausnarketa serioa
Arima bedeinkatuaren bakardadean
Arimaren ozeanoa nire psikearen olatu txiki bat bihurtu
da
Suntsiezina
Eta lurreko eszenatoki honetan agertu zen ala ez
Edo heriotzaren ondoren ezkutatu zen kontzientzia
kosmikoaren eremuan
Zeren kontzientzia betiereko eta hilezko bat naiz
Betikotasunaren besarkadak eta Izpiritu Gorenaren
gotorlekuak babestuta
Gaur besteentzat baliagarria den zerbait egingo dut
Gose direnentzat ahal dudana egingo dut
Nire kontzientzia baketsuaren hormen atzean seguru
eta babestuta nago
Antzinako iluntasuna erre egin da

Gaur bakarrik interesatzen zait
Ongi handienaren argiaren txinparta bat naiz
Eta faro bat izan nahi dut
Hondoratu eta hondatu ziren itsasontziak zituzten
arimentzat

.Tristeen itsasoan
Gaur Jainkoa sentitzen dut bakearen dardaraka
Nire bihotzeko hariak ukitzen dituen, maitasun
unibertsalarekin harmonian
Eta pentsamendu lasai eta bareen tronuan
Bakearen Jainkoak bedeinka dezala nire lana eta erraztu
dezala nire gauzak
Gaur nire anai-arrebak gidatuko ditut
.Bakearen Atariraino
Jainkoaren Tenplura eramaten
Atsekabetuta daudenak lasaitzeko lan egingo dut
Eta haien arimak pozik daude
Eta askatasunaren horizonteetarantz presaka joango
naiz

Desira mugatzaile guztiak alde batera utziz
Eta Jainkoarengana hurbiltzeko nahiari eutsiz
Bere maisulanetara hausnarketa ekartzen duena
Eta nire maitasunaren erreinura
Arraza eta etnia guztietako jendea gonbidatuko dut
Nirekin etorri eta bizi daitezen
Jainkozko maitasunaren distiran
Ekialdeko altxorak
Ekialde-Mendebalde Aldizkaria
Urrezko aukerak
Bizitza bizitzeko modukoa da
Urrezko aukerak eskaintzen ditu norbera ezagutzeko
Bere kontzientzia berritzea eta existentziaren mapan
bere lekua definitzea
Eta bere existentziaren helburua lortzeko lanean
Ezagutza honek gorputza eta adimena indartzen ditu

Eta bihotza bizitasun eztanda batez betetzen du
Pozez gainezka dago eta gozamenez saltoka dabil
Hau da gizateriaren Sortzaileak gizateriarentzat nahi

duena

Batzuek uste dute bizitza asperduraz eta nekeaz beteta

dagoela

Jende asko aspertuta eta nazkatuta dago

Baina asperdurak norbera galtzea esan nahi du

Bizi-eragiketa gelarekin konexio eta komunikaziorako

Bizitza atsegina izan dadin

Pertsona batek oztopoak kendu eta ezabatu behar ditu

Zein da haren eta bizitzarekin duen batasun

organikoaren artean dagoena

Zure pentsamenduak haurtzaro garaira itzuliko bazenitu

Agian gogoratu zenuen orduan zinela

Energia berrituz eta poz beteta

Mugitzeko gogo handia zenuen

Salto egitea, jolastea eta beste hainbat gauza egitea

Mundu etereotik etorri berria zinen orduan

Eta bizitzaren bihotzarekin zuzenean lotuta

Eta zure eta bizitzaren arteko komunikazio-hariak

Errendimendu leun eta eraginkor maila altua

Sinpletasunaren kontzientzia ekarri zenuelako zurekin

Poza, zoriontasuna eta freskotasun espirituala

Heldutasunera iritsi zenean

Kopuru handia galdu duzu

Energia eta sentimendu horietatik

Baina noizean behin

Pentsamendu ezagunak datozkizu burura

Eta irrika haizeak zure gainean jotzen du

Oroitzapen batzuk ekartzen ditu gogora

.Iragan urrunetik

Goizean lo lasai eta sakon batetik esnatzen zarenean

Eroso eta zoriontsu sentitzen zara

Eguneroko bizitzaren distrakzioek erasotzen zaituzten

arte

Zure kontzientziaren zatirik handiena hartzen du

Eta besteak baino errealagoa eta premiazkoagoa

bihurtzen da

Zailtasun, kontraesan eta frustrazio guztiak gorabehera

Pertsona batek bere buruarekin komunikatzen lan egin

behar du

Altxor amaigabeetan aberatsa

Horrek egiten du bizitza zoriontsu eta loriatsu

Idea eta ekintza merkeak saihestu behar dira

Eta munduko bizitzaren hutsalkeriatan harrapatuta ez

geratzea

Behin kontzientzian ezarrita dagoelako

Garuneko zeluletan itsasten da

Bakea eta harmonia arimatik uxatu arte

Eta haiekin batera, ideia finduak eta ikuspegi garbiak

Beraz, beharrezkoa da energia bateraezin horiek

kentzea

Pentsamendutik eta bihotzetik sentimendu desatseginak

kanporatuz

Argi izpiak haiengana irits daitezen

Osasun korronteak, energia kargak eta bedeinkapenak

.Pasta harrigarria

Paramhansa maisuaren irakaspenek inspiratuta

Ideiak buztin zatiak bezalakoak dira, dado edo itsas

suge bihur daitezkeenak, baina suharriaren

.gogortasunarekin

Pertsona orok du bere bizitzaren grabatzaile eta bere

patuaren eskultore izateko ahalmena

Hartu dezala pasta harrigarri honetatik eskukada bat eta

egin dezala artelan zoragarri bat, eta zoriontasun ugari

.jasoko du

Espazioan zeharreko tximistak zailak dira fokatzen eta kableetara bideratzen etxeak eta kaleak argitzeko, baina .hori lortu da

Ez da erraza unibertsoaren indar ikusezinak sistema batean deitzea eta kontzentratzea Gizateria babesten du tranpetatik eta babesten du gaiztakeriatik, hori posible bada.

Gaizkiaren existentzia eta boterea gorabehera, argia ere existitzen da, eta ongia indartsuagoa eta iraunkorragoa da gaiztakeria baino, egia betiereko eta iraunkorrak eusten diolako, unibertsoko indarrik indartsuena baita eta azkenean .nagusituko dena

Pentsamendu positibo eta onberetan zentratzeak konexio eraginkor bat sortzea edo kanal garbi bat sortzea esan nahi du gogoaren eta positibotasun unibertsalaren iturriaren artean, hau da, ontasunaren beraren artean. Zenbat eta gehiago pentsatu ontasunaz, orduan eta gehiago erakartzen dira haren bibrazioak gogoan eta gorputzean. Bibrazio hauek egoera psikologiko eta fisiko asko aldatzeko ahalmena dute, eta hain dira indartsuak, ezen automatikoki uxatzen baitituzte norbanakoaren osaera psikologiko eta .fisikoarekin bat ez datozen bibrazio discordanteak

Pertsona batek "Nekatuta nago" esaten duenean, nekearen sentazioa indartsu bihurtzen da, onartzen delako, eta horrela jarduera mugatu eta energia-fluxua blokeatzen du. Hala ere, "Atsedena behar dut" esaten badute, korrante bizidunetara irekitzen dira, gorputza eta adimena freskatzen dituztenak, eta energia-igoera bat ere izan dezakete .atsedenaldi labur batean

Frustrazioa, egoera psikologiko larria eragiten duena, saihestu daiteke bertan zentratu gabe, esperientzia atsegin bat gogoratuz edo maite dituzun, fidatzen zaren eta eroso sentitzen zaren pertsonetan pentsatuz, frustrazioa udako hodei iragankor bat dela ziur egonda, zenbaterainoko trinkoa .eta kezkagarria iruditu arren

Pertsona batek jasaten dituen egoera zailak ez dira alde batera utzi edo gutxietsi behar. Aitzitik, egoera hauei modu errealista eta zuhurrean aurre egin behar zaie, haien eragina .askatzeko eta ondorioak arintzeko modu eraginkorra bilatuz

Horrek ez du esan nahi terapeuten zerbitzuak baztertu behar direnik, zeinek zerbitzu ugari eta baliotsuak eskaintzen baitituzte beren espezializazioari eta metodo zientifiko aurreratuei esker; aitzitik, pentsamendu positiboak sendatzeko hazia gorputzean ereiten laguntzen du eta, .horrela, tratamendurako bideetako bat bihurtzen da

Era berean, "gaixo nago" esan beharrean, sendatzeko beharrarengan jarri beharko litzateke arreta. Jarrera honek adimena eta gorputza sendatzeko metodo eta energiarekiko harrera hobea egiten du, energia horrek zeluletara eta ehunetara isurtzeko behar dituen poroak edo kanalak irekiz, baldintza osasungaitzak eta okerrak konponduz eta gorputzaren makineria delikatua berriro kalibratuz. Horrela, ahultasun eta neke aldi maizetara ohituta dagoen pertsona batek, denborarekin, pentsamendu positiboak atal horien kopurua murrizten laguntzen duela ikusiko du, indar berriaren eta ongizate ugaritasunaren sentrazioa lortuz, Jainkoaren laguntzarekin, gaitz eta gaixotasun guztien .sendatzailea denarekin

.Gorrotoaren uzta

Nasik eta Zakirrek elkar gorrotatzen zuten, eta haien borrokak eskolan ikasle gazteak zirenean hasi ziren, eta hazten zirenean , haien etsaitasuna handitu egin zen, eta .oinetakoen salmenta negozioan arerio bihurtu ziren

Behin, neska baten eskua lortzeko lehian aritu ziren, eta Nasi Zakir baino zertxobait indartsuagoa zenez, gogor jipoitu eta konorterik gabe utzi zuen. Zakirrek kontzientzia berreskuratu zuenean, lotsak, damuak eta nazkak gainezka .egin zioten gertatu zitzaionagatik

Urte batzuk geroago, Zakirrek hiri batera bizitzera eta .lan egitera joatea erabaki zuen

Nasik gertatutakoa ahaztu zuen, baina Zakirrek ezin
izan zituen bere memoriatik ezabatu Nasik eragindako
umiliazioa eta lotsa. Hala ere, bere buruari errepikatzen eta
baieztatzen jarraitu zion: Barkatuko diot Nasi eta ez dut
.gogoratuko nire aurkako iraina
Baina hilabete batzuk igaro ondoren, Zakirrek konturatu
zen egunero barkamena eskatzen zuen bitartean, mendekua
nahi zuela sakonean eta erantzuteko eta mendeku egarria
.asetzeko aukera baten zain zegoela
Denbora baten buruan, Nasik bere arerio zaharra, Zakir,
joan zen hirira erakartzen zuen erakarpen arraro bat sentitu
zuen. Ez zuen zalantzarik zerbait gertatzear zegoela. Hala
ere, Zakirrek bazekien Nasi hirian zegoela eta haren
.mugimenduak arretaz kontrolatzen hasi zen
Arratsalde batean, Nasi paseatzera joan zen eta "aire
.freskoa usaintzera", eguraldia iluna eta euritsua izan arren
Bakarrik zihoala errepide ezkutu batean, aire zabaleko
biltegi baten ondotik pasa zen, Zakirrek isilpean eta kontuz
jarraitzen zion bitartean. Aukera sortu zitzaionean, kontua
.interes konposatuarekin kitatzea erabaki zuen
Pozez gainezka, biltegiko hormetatik eroritako teila
sendo bat aurkitu zuen. Hartu eta buruan gogor jo zuen bere
aurkari ohia, lurrera botaz, eta gero, etorri zen bidetik itzuli
.zen haserre, haren presentziaz ohartu gabe
Ordu batzuk geroago, euria gelditu zen, hodeiak zabaldu
ziren, eta ilargi izpi bat agertu zen hormaren goialdean
zegoen zulo batetik. Nasi esnatu zenean, lurrian etzanda
.aurkitu zuen bere burua, oso ahul
Gertatutakoa jakiten saiatu zen, eta ondoan teila bat eta
gainean horma zulo bat ikusita, ondorioztatu zuen
biltegiaren ondotik zihoala, zorte txarrak teila hori hormaren
.goialdetik erori eta buru gainera erori zitzaiola
Istorio honen moralak da gizakiek besteei egindako
gaiztakeriak ahazten dituztela, nahiz eta ekintzen ondorioak
ahaztezinak izan, eta haien eraginak isilean jarraitzen

dizkiguten ezjakintasunaren iluntasunean. Behi batek bere
kumea beste milaka artean aurki dezakeen bezala, gure
ekintzen ondorioek ere etengabe jarraitzeko eta gure
kokapena zehazteko ahalmena dute, denbora luze baten
.ondoren ere

Nasik jakinduria izan balu eta bere arerio Zakirrekin
izandako auzia konpontzen eta gertakari horren ondoren
barkamena eskatu izan balio, agian aurkariaren haserrea
.arinduko zuen eta gauzak ez ziren gehiago okerrera egingo
Baina gauzak aldatu gabe jarraitu zuten, eta ondorio
latzen haziak etorkizun ilun baten sabelean hazi eta loratu
ziren, jaiotza hondamendi batean amaituz. Ustekabeko
egoerak saihesteko, gogoaren lurzoruan ezkutatuta dauden
gatazka gaiztoen haziak erre behar dira, eta aurreikuspena
ekintzaren aurretik joan behar da, lege unibertsalak agintzen
baitu norberaren ekintzen fruituak biltzen direla, onak edo
.txarrak, gozoak edo mingotsak izan
Gogora dezagun ekintza orok joera eta inklinazio gisa
gordetzen diren arrastoak uzten dituela gogoan. Hauek
zentzuz eta zuhurtziaz kudeatzen ez badira, ondorio
arriskutsuak izan ditzakete. Hala ere, ekintza gaiztoen haziak
jakinduriaren suak erretzen dituenean, ezingo dira berriro
.hazi

Kontzientzia piztearen esanahia
bizitzaren lehen urteak
Arimak makina fisikoa manipulatzeko du
Erabat lotuta geratu arte
Horregatik bizi behar dugu
Gorputzaren eskaerek ez gaitzaten gaitzatzeko
Ez dugu sentitzen estandar materialek mugatuta
gaudenik
Hazkunde mentala produktu bat da
Hazkunde edo garapen fisikorako
Eboluzio naturalaren arabera
Arima bera dario

.Maila mentalera igoz
Edo sormen eta ugaritasun maila
Horrela talentu bereziak erakutsiz
.Gizakiak bereizten dituen
Beste izaki guztiei buruz
.Gero igotzen da
.Ezagutza espiritualaren mailara
Zentzua eta balioa ematen duena
.Oparotasun materialarentzat
lorpen mentala
Zalantzarik gabe, lorpen intelektualak onuragarriak dira
Gauza on guztiak baliotsuak direlako
Eta pixkanaka konturatzen gara hurrengo etapa
Gorputzaren kontzientzia areagotzen ari da
.Kontzientzia espiritualera
Gorputza eta adimena espiritualizatuz
Gorputzaren bizi-indarrak ez xahutuz
Eta gogoaren argia fokatuz, esploratzailea
Ezinbesteko gaiei buruz
.Bihurtu arte
Metodo eraginkor eta harmoniatsua
Arimak zeharkatu dezake
bere burua adierazten
Eta bere talentuak erakusten
Eta bere botere espiritualak aktibatuz
Espiritualki emantzipatzeak arima askatzea esan nahi

du

.Ezjakintasunaren kaiolatik
Eta merezi duen mailara igo
Eta kontzientzia mugatuaren mugak askatzea
Giza bizitza askotan oso ederra da
Baina horri atxikimendua
Paradisuko hegazti bat bere kaiolari itsatsita bezala da
Beraz, kaiolaren atea irekitzen baduzu
Txoriak alde egiteko zalantzak ditu

Ohitura eta kaiolaren barruan ematen den denboragatik

?Ez al da harritzekoa

Txoriak ez du bere lurralde estua utzi nahi

Espazio infinituaren askatasunera

?Norengandik etorri zen

Honek guri ere aplikatzen zaigu

Denbora luzez bizi izan ginelako

.Kaiola fisikoan

Beldur gara horizonte zabalagoetara joateko

Baina jakinduriak agintzen digu

Arimaren Txoria Askatzea

.Murrizketen kaiolatik

Eta kontzientziaren mugarik gabeko eremuan askatzea

Barneko poza berriro dastatuko dute

Mugimenduaren legea kausa eta efektuaren legean edo

ekintza eta erreakzioaren legean oinarritzen da

Bizitza honetan on jaiotako pertsona aurreko enkarnazio

batean ere hala izan zen {bere eskuek egindakoagatik} eta

ongia egiteko ahalegintzen bada, orduan ongiaren balantza

gero eta gehiago okertuko da haren alde (duenari, gehiago

.emango zaio eta gehiago)

Ezaugarri on gutxi batzuk baino ez dituztenek apur hori

ere gal dezakete erasotzen eta gainditzen dituzten joera

.gaiztoen ondorioz

Gaizkirako joera duen pertsona batek aurreko bizitzan

joera gaizto hori izan behar du, eta joera gaizto horiek

areagotu eta kontrolatu egin ditzakete. Joera okerren bat

dutenak horrelakoak ziren lehenago, eta onak txarra baino

handiagoa bada, orduan bertutezko ezaugarriek joera oker

.horiek kanporatuko dituzte haien arimetatik

Kausa eta efektuaren legearen (karma) funtzionamendu

naturala da hau. Hala ere, ez litzateke babesgabe eta

harrapatuta sentitu behar ohitura desatseginak baditu eta

horiek kendu nahi baditugu. Orain da une egokia ohitura

horiek gainditzeko, iraganeko erabakia eta pentsamendu
.sendoa landuz

Pertsona batek ohitura txarren menpe askatu eta
ohitura onak sor ditzake pentsamenduan eta ekintzetan, eta
.horrek nahi dituen emaitzak ekarriko dizkio

Pertsona batengan ohitura txarrak zenbateraino
errotuta egon arren, gogoratu behar du berak sortu dituela
ohitura horiek pentsamendu eta ekintza zehatzak
errepikatuz, eta ohitura txar horiek onekin ordezkatu
.ditzakeela pentsamendu positibo eta eraikitzailearen bidez

Pentsamendu onak eta txarrak giza kontzientziaren
egoera kontrajarriak dira. Jakina, hobe da amets atseginak
izatea amesgaizto beldurgarriak jasatea baino. Kontzientzia
malgua eta sentibera da; nahi duen edozein egoera har
dezake edo erakargarriak zaizkion ametsak amestu. Hala
ere, jendearekin dagoen arazoa da beren kontzientziaren
eremua —beren borondate eta aukera askearen arabera—
iraganeko ohituretatik sortutako joera desbideratu eta
orientazio okerren menpe egotea uzten dutela. Horrela,
haien bereizmen-ahalmenak iheskor eta noraezean geratzen
dira, bereizmenaren eta pertzepzioaren gotorlekuen atzean
.errotutako zaintza metafisikoa bezala

Ohitura kaltegarriek mozkortutakoek bizitza ez-natural
batek eragindako minaren mingostasuna dastatzen
dutenean, ulermenaren eta bizitza zuzenaren argira joko
dute salbazioaren bila, ohitura txarrak zenbateraino errotuta
.eta suntsitzaileak izan arren

Orduan, bizimodu harmoniatsuak praktikatzuz ohitura
onak garatzen eta sustatzen lan egiten badute, barne-poza
berraurkituko dute eta bakea gozatuko dute autokontrolaren
.eta ohitura onak lantzearen emaitza natural gisa
Jainko Ahalguztidunari eskatzen diogu laguntza eman
diezagula muga guztietatik askatzeko eta gure
.pentsamenduak bide zuzen eta onuragarrietan gidatzeko
Kontzientzia espiritualizatzea

Batzuek beren bizitzak igarotzen dituzte
Buru triste eta ulermen gutxirekin
Jaten dute eta lo egiten dute
Eta plazer batzuez gozatzen dute
Gutxitan pentsatzen dute sakonki
Izan ere, jende gehienak
Ez dute sakonera nahikorik lortzen
Ideia espiritualen itsasoan
Mundu materiala konbentzituta daudelako
Existitzen den guztia da
Baina bizitza hau
Amets iheskor bat besterik ez da
?Orduan, zergatik hainbeste presa eta arnasestuka
?Eta munduaren faborea irabazten saiatzea
?Ez al da hobe
?Jainkoari atsegin ematen saiatzen zara lehenik
Animaliek ez dute borondate askea
Jainkoak bere senekin lotu zuelako
Baina jakinduria txertatu zion gizakiari
Gizakiek askatasuna dute
Edo igotzeko edo jaisteko
Ongia edo gaizkia aukeratzea
Kontzientzia murgilduta dagoenean
Plazer sentsual zakarretan
Kontzeptu trinko eta ilunek menderatzen dute
Zoriontasunaren paradisutik erortzen da
Zoriontasun espiritualaren zentzua galtzen du
Eta arimaren ikuspegia itsututa dago
Ezin du Jainkoarenganako bidea aurkitu
Baina posible da kontzientzia espiritualizatzea
.Jainkoa hausnartuz
Eta erregu zintzo eta sakona Hari
Ate bedeinkatua ireki dadin
Argiaren eta Zoriontasunaren Erreinura eramaten
kontzientziaren sakonenetan latente

Paramahansa irakaslearen altxorretik
Sentimenduak eta gidaritza



Paramahansa Yogananda maisuaren irakaspenak
Bihotza norbaitekin dagoenean
.Hara erakartzen du
Pertsona horren ezaugarri guztiak
?Nork pentsatzen du jende onaz
Haien adeitasuna berari helarazten zaio
Eta figura inspiratzaileetan maitasunez zentratzen
direnak
.Inspirazioak etortzen zaizkio
Eta laguntzen duenak, pentsamenduan ere bai
.Kontzientzia duten pertsonak
moral noblea
Eta asmo noblea
Haien noblezia eta morala partekatzen ditu
Pentsamendua iman bat bezala polarizatzen ari delako
Antzekoak berdinak erakartzen ditu
.Egun ona izan eta bakea izan bedi zurekin

Denek bilatzen dute zoriontasun iraunkorra
Ez bihurtu errauts eskuan
Ikerketa honek asko dakar
Ilusioetatik, arazoetatik eta etsipenetatik
Gizakiak zoriontasun berritua bilatzen du
Ez da ihartzen, gutxitzen edo desagertzen

Eta gizakiak bere esperientzietatik ikasten du
Lurreko zoriontasuna zoriontasuna da
Epe laburrerako eta ez behin betiko
Askotan deskubritzen du bilatzen ari dena aurkitu
ondoren

Oraindik ez dago pozik lortutakoarekin
Ondoren, beste desio bat bete nahi du
Nahi den zoriontasuna aurkitu gabe
Hala ere, berriro saiatzen da
!Hasierako puntura itzuli eta abar
Benetako poza errealizazio espiritualaren poza da
Jainkoa kontenplatzearen eta Harekin komunikatzearen
poza

Bihotzeko bakearen eta lasaitasunaren poza
.Jainkozko maitasunaren poza
Eta maitasun horrekin besteak maitatzea
Eta ziurtasun sendo eta irmoaren poza
Arima hilezkorra dela
Eta bere zoriontasuna berarekin batera datorrela
Irten ondoren ere
Lurreko existentzia aldi baterako hau

Jauna, lagundu iezadazu
Zugan nire poza aurki dezadan
Munduaz gozatzea espero dut
Eta nire lurreko betebeharrak betez
Eta irakatsi iezadazu nire zentzumenak nola findu
Ongia eta txarra bereizi ahal izateko
Beraz, gozatu onuragarria eta ona denaz bakarrik
Utzi lurreko plazerrez gozatzen
Zure poz hutsak elikatzen duen gozamen espiritualala
Eta lagundu iezadazu zu egiten
Nire bizitzaren zati garrantzitsu bat
Eta nire eguneroko jarduerak egiteko ezinbesteko
elementua

Sentitzen dut nirekin zaudela

Beti

Eta maila guztietan

giza borondatea

Jainkoaren nahiaren isla da

Eta jakinduriak gidatzen duenean

Bere boterea mugagabea bihurtzen da

Jainkozko borondateak gobernatzen du energia

kosmikoa

Energia kosmikoaz baliatzeko

Noren akzioak inoiz ez dira agortzen

Bere hornidura ez da inoiz agortzen

.Gorputzera transferitu behar da

Pentsamendu positiboaren harietatik

eta benetako harmonia

.Jainkozko borondatearekin

Irakasle handiek ez dute nagikeria eta arduragabekeria
aholkatzen; aitzitik, orekaren bidea irakasten dute. Naturala
da pertsona batentzat bere gorputza mantentzeko eta bere
arropa eta janaria lortzeko lan egitea. Hala ere, norberaren
betebeharrak besteekin kontraesanean edo gatazkan
.sartzen badira, orduan ez da benetako betebeharra
Milaka negozio-gizon daude aberastasuna metatzeaz
arduratuta, baina ez dira konturatzen beren buruari eragiten
dioten min eta bihotzeko arazoez. Luxuaren bilaketak
osasuna mantentzeko betebeharra alde batera uztea
.eragiten badu, orduan ez da batere betebeharra
Pertsona batek modu harmoniatsu eta orekatuan hazi
behar du. Ez du zentzurik gorputz sendo bat garatzen
gehiegi zentratzeak gorputz horren barruko garuna ahula
.bada. Adimena ere garatu behar da

Osasun ona, bizitza eroso eta indar mental handia
duen edonork, baina hala ere zoriontasunik ez duenak,
oraindik ez du bizitzan arrakastarik izan
Zoriontsu naiz eta inork ezin dit zoriontasuna kendu»»

esan dezakeenak arrakastaren gailurrera iritsi da eta irudi
.bedeinkatua aurkitu du bere baitan

Gizakia harro egon beharko litzateke Jainkoak bere
irudira sortu zuelako. Baina harrotzen bada, haserretzen
bada edo erraz probokatzen bada, eta besteak gutxien
baditu, eta gorputza egoera horretan uzten badu, ez da
.Jainkoarengandik hurbil sentituko

Behin, Jainkoaren gizonetako bat ibaian bainatzen ari
zela, beste gizon bat etorri eta bere zaldia garbitzen hasi zen
gizon zintzo horren ondoan, nahita eta arduragabetasunez
urez zipriztinduz. Santuaren dizipuluak asalatu egin ziren
eta erasotzailea jo eta uxatu nahi izan zuten, baina
."irakasleak esan zien: "Ez egin hori, utzi bakean
Bat-batean, zaldiak jabeari ostiko bat eman zion,
hainbat hortz hautsiz eta ateraz. Gizon onak maitasunez
hurbildu zitzaion eta zaintzen eta sendatzen hasi zen.
Naturaren lege zorrotza izan zen bekataria zigortu zuena, ez
.santua

Jainkoak eta bere lege unibertsalak nekaezin eta
etengabe lan egiten dute Berarengan konfiantza duten, Bere
laguntza bilatzen duten eta bizitzako bidaian elkarri
laguntzen eta animatzen dioten guztien sufrimendua
arintzeko {Eta Jainkoa beti dago prest Bere zerbitzariari
laguntzeko, zerbitzariak bere anaiari laguntzen dion
bitartean}

Beste gauza batzuek itxaron dezakete
Dena existitzen da Jainkoa existitzen delako Eta bera
existitzen delako, gu existitzen gara, eta haren ontasunari
eta existentziari esker, bizitzaren oparotasuna eta pozak
ditugu Horregatik, Jainkoarekiko gure esker ona sakona izan
behar da eta gure esker ona izugarria, zeren eta berak dio:

"Eskertzen baduzu, zalantzarik gabe handituko zaitut [aldekoa]", eta etengabe eskerrak eman behar dizkiogu .Jainkoari

Jainkoaren garrantzia paregabea da gizateriarentzat, baina jende gehienak bizitza materialari ematen dio garrantzi handiena eta, beraz, ez dira benetan Jainkoaren .jakitun

Jainkoa gogoan hartuta betebeharrak materialak eta gizarte-betebeharrak bete behar dira, Heriotzaren Aingeruak -luzeak izan daitezela zuen bizitzak- egunero lurreko biztanleak eramaten baititu, bata bestearen atzetik, eta .edozein unetan utzi behar izan dezakegu hilkor hau Mundu honetako gure gaiak kontzientzia garbi batekin eraman behar ditugu, gure pentsamenduak Jainkoarekin lotuta mantenduz. Denei zerbitzatzen saiatzen naiz, baina bakarrik nagoenean hausnarketan, ez diot inori uzten nire hausnarketa oztopatzen. Beste gauzek itxaron dezakete, baina egunero hitzordua mantendu behar dugu Jainkoarekin, .lur honetan behar dugun guztia eman digun bitartean Epaile jaunak beste pertsona batentzat bizitza edo heriotza esan nahi zuen gai delikatu bati buruzko azken erabakia ematen ari zen bitartean, une berean egun hartan gertatu zitzaizkion etxeko arazoez pentsatzen ari zen, eta !asaldatuta zegoen etxeko bere araua ez zelako betetzen Epaile horrek kontzentrazio faltagatik pertsona errugabe baten heriotza eragingo lukeen ebazpen bidegabea ematen badu, orduan, aldi berean, Epaile Gorenaren aurrean akusatu eta kondenatua izango da, bekatu guztien Epailea: faboritismozik ezagutzen ez duen eta nepotismoarako lekuz .ez dagoen lege unibertsala

Jende asko ez da eraginkorra dirua irabazteko eta ez du arrakastarik negozioen kudeaketan

Ez dute jakinduriarik gauzak bereizteko, lantokian daudenean etxeko arazoetan pentsatzen baitute, eta etxean .daudenean, laneko kezkekin kezkatuta baitaude

Beraz, ez litzateke gauza batean baino gehiagotan
arreta jarri behar aldi berean

Bazen behin, egunean zehar
Kontzientziaren ganberara etorri nintzen
Eta melodien leihoak ireki ziren
Ikuspegiak, usaina, zaporea, ukimena
Eta melodia delikatuenak eta kolore ederrenak eskatu
nituen

Nire aurrean kulunkatu eta dantzatu dadin etorri
Batzuetan barre egin nuen eta batzuetan negar egin
nuen

Nire begiak negarrez hasten direnean
Esperientzien zauriek min egiten didate
.Itxi zentzumenen atea
Eta sartu espazio mugagabe batean
Loaren eta ametsen munduan
Han etzanda nago bakean eta erlaxazioan
Ilunpearen estalkiaren azpian
Nahikoa atsedeen hartu ondoren
Loalдитik, beste ate bat irekitzen dut
Eta sartu ametsen ganberara
Beraz, film esperimentalak eta ikerketa-filmak ikusten
ditut

.Inkontzientearen zineman
Non nahi dudan bezala lan egiten dudan
Eta oroigarri gozoezko ametsak ehuntzen ditut
Zetazko gortinetan
Idatzi gainez maite duzun kosmikoaren izena
Baina bi ganbera hauetatik kanpo nagoenean
Batzuetan kontzienteki unibertsoaren sakonera
ezezagunetara ausartzen naiz
Iluntasun ilunena eta zapaltzaileena gaingitzea
Haran sakonak zeharkatzen
Espazio betierekoaren ertzetara iristea

Han batasunaren munduan
Ez bikoterik, ez ametsik
Ez eragozpenik, ez minik
Ikuspegi integral bat, baizik eta
Eta beti berritzen den poza
Eta zeruaren eta lurraren argia

Zenbat eta gehiago bizi garen Jainkoarekin bakean
Ahal dugunean
bakean bizitzea
Geure buruarekin eta munduarekin
Saiatu gaitezen beti gure pentsamenduak bideratzen
Absolutu eta infiniturantz
Ez dago zoriontasunik pareka daitekeenik
Pozez, Jainkoa bilatzen dut
.Eta jarri harremanetan berarekin
Inguratu zeure burua pentsamendu onekin
Ideia hauek lagunduko dizute
Hurbilago eta hurbilago
Jainkoagandik dator ontasun eta poz guztia
Bakea eta maitasuna guztientzat

.Erroldako unitatea
Bere kontzientzia bakarretik: banakako esentzia
Jainkoak errolda sortu zuen
.Zenbaketa lortzen saiatzen da
Berriz ere batasun kosmikora itzuli
Ekaitzak ozeanoaren gainazalean jotzen duenean
Uhin ugari sortzen ditu
Ekaitza baretzen denean
Olatuak ozeanoaren bihotzera itzultzen dira
Sorkuntzaren aniztasunean eta barietatean
Unitate latente intrintseko bat dago
Ozeanoa olatuen esentzia den bezala

Familia-kontzientziazioak jendea elkarrengandik
hurbilago jartzen du
Herrialdeek liderrak dituzte batzeko eta beren bidea
gidatzeko
Badira arazo komunak partekatzen dituzten gizarte-
taldeak

Gizakiak Jainkoa aurkitzen duenean
Indar guztiak bere baitan batuta daudela aurkitzen du
.Bere gogoa argitzen du
Bizitzaren ikuspegi berri bat agertzen da bere
kontzientzian

Bizitza gozo bihurtzen da
Eta bakeak betetzen du arima
Eta bizitzaren gogaikarriek eraldatzen dira
Amets baten antzeko zerbaitetara

Bilatzailea bizitzaren eskolatik graduatu eta maila
altuagoetara igotzeko garaia iristen zaionean, pozak
gainezka egiten dio, bizitzako borrokan ondo egin duela eta
Jainkoaren faborea irabazi duela konturatuz, eta Harekin
.hurbiltzen ari den topaketaren ziurtasunaz
Maite unibertsalarekin, bere irrikak hazten dira, eta
irrika horiek erregai espiritual bihurtzen dira, eta horrek
ahaleginik gabe eramaten du bakearen, argiaren eta
etengabe berritzen ari den zoriontasunaren eremuetara,
.amaierarik ez dutenetara
* * *

Jainkozko errukiaren euriak ez dira harrotasunaren
gailur garaietan biltzen, baizik eta apaltasunaren haranetara
!erraz isurtzen dira
Paramahansa irakasleak Jainkoaren graziaz kosmosaren
engainuaren ilusioetatik askatzeko dugun modu azkarraz
:hitz egin zuen. Honela esan zuen

Unibertso honetan arazo eta min itsaso batean itota"
gaudela dirudi, beraz, Jainkoak astintzen gaitu amesgaizto
"beldurgarri honetatik esnatzeko
:Ikasleetako bati animoak eman ez, esan zuen
Jakin ezazu bilatzen duzun guztia eta askoz gehiago"

"Jainkoarengan zain duzula
Ohitura txarretan sakonki errotuta zegoen ikasle bati
:esan zion

Borondate falta baduzu, saiatu nahi gabeko ekintzaren"
indarra garatzen (hau da, akats bat ez egiteko nahi gabeko
"ekintza)

Auto-baieztapenak
Gaur ezjakintasunaren irudia hautsiko dut
Horrek nire barneko arimaren santutegia zikintzen du
Eta gogoratuko dut Jainkoaren Argi Santua dela
Nire izatearen gainean etengabe irradiatzen da
Eta ilusioaren iluntasuna uxatzen du nire gogotik eta
arimatik

Eta sortu ninduenak ez nauela utziko
* * *

Bizitzaren olatu bakoitzaren azpian
Jainkozko presentziaren ozeano ugaria dago
Bihotz-taupada bakoitzaren atzean
Maitasun kosmikoaren itsaso infinitua barruan dago
* * *

Gauero ziurtatuko diot neure buruari ez naizela gorputza
Aitzitik, gorputzean bizi den espiritua
Eta nire izaki espirituala betiko hilezkorra dela
Esnatzean, berriro baieztatzea gogoratuko dut
* * *

Loaren egituran, berreskuratuko dut eta indarra
berrituko dut

Baina hori ez da nahikoa
Isiltasun eta hausnarketa santutegi bat behar dut
Egunero erretiratu naitekeen tokian

Nire kontzientziaren horizonteak arakatzeko
Eta nire arimaren sekretuak arakatzen
.Isiltasunaren esanahia
Isiltasunak pentsamenduak lasaitzea esan nahi du
Gorputza lasaitzea eta bere beharrak kontrolatzea
Hori egiteko gai denak lasaitasun freskagarria biziko du
Mundu finduetatik datozen olatu eta inpresio sublimak
sentituko ditu
Eta isiltasunean sakonago murgiltzen denak, orduan
Jainkoaren erreinua bere baitan aurkituko du
Pertsona bat errepidean dabilen bitartean
Bere denboraren une oro oso preziatua da
Denbora gutxirako gaude hemen lur honetan (pasabide-
etxean)
Dena iragankorra da, baina Jainkoaren sentimendua
betikoa da
Ezerk ezin du bihotzetik eta arimatik ezabatu
Ez utzi behar mundu honetako tentazioek gu mugitzen
Gure helburu handienetik eta gure helburu gorenetik
urrunduz: Jainkoa
Jainkoa ezagutzea posible da
Unibertsoen maisua aurkitu behar dugu
Noren argitik distiratzten dute izarrak
Eta haren boterearekin bihotzak taupaka
Isiltasunaren Tenpluan bilatu behar dugu
Jainkoari irrika eta irrikaz deitzen diogunean
Eta irrika biziz pentsatzen dugunean beragan
.Aurkituko dugu
Ez nago jainko ezezagun bati buruz ari
Baizik eta, ezagutu dudari Jaunari buruzkoa da
Eta egia da niretzat
Gauza fisiko guztiak baino errealagoa da
Gure giza bizitzaren olatuak eusten eta eusten dituen
itsaso jainkotiarra da
Jainkoa izan ezik, dena gabe egin dezakegu

Jainkoak elkarri eman diezaiozun nahi du
Gogoan izan behar dugu gure beharrak asetzeko
ahaleginean, besteei ere lagundu behar diegula behar
dutenarekin eta irabazten duguna zorte gutxiago dutenekin
.partekatu behar dugula

Gogora dezagun munduko familia baten parte garela
eta ezin garela haiek gabe bizi. Nolako litzateke bizitza
arotzik, asmatzailerik edo nekazaririk gabe? Zerbitzuen eta
espezializazioen trukearen bidez, Jainkoak nahi du
besteengan pentsatzea, akats larria baita norberarentzat
.bakarrik bizitzea

Geure zoriontasunaz pentsatzen dugunean, besteak
zoriontsu egiteaz ere pentsatu beharko genuke. Ez da
.beharrezkoa dena uztea

Familia globalaren onerako, hori ezinezkoa delako.
Baina besteekin enpatizatu behar dugu eta haien beharrak
.gureak balira bezala hartu

Jainkoak nahi du elkarri ematea elkarrengandik hartzen
.dugun adina, besteak gure buru handiagoa direlako
Engainuaren eraso gogorreari erantzun eta uxatu
Pertsona bat haserrearen, jeloskortasunaren eta
inbidiaren menpe dagoen bitartean, ez da libre. Bere
emozioen eta ekintzen jaun bihurtu behar du, eta bere burua
askatu sena suntsitzaileetatik, grina neurrigabeetatik eta
.desio okerretatik

Zeure buruarekin guztiz zintzoa bazara, jakinduriak zure
pentsamendua lagunduko du, zuzentasunak zure erabakia
.gidatuko du eta ulermenak zure adimena argituko du
Ezjakintasunak bultzatutako iraganeko ekintzen haziak
hausnarketaren eta jakinduriaren suan "erre" behar dira,
berriro erretzeko eta hazteko gai izan ez daitezten. Horrela
.iruzurraren eraso gogorrak uxatu eta zapuztu daitezke
Ilusio kosmikoak -edo Satanek- gizakia engainatzen du
promesa faltsuekin eta plazer sentsualen mirajearen atzetik
joateko tentazio erakargarriei, eta haren gaitasunak

kontrolatzen ditu, errealitaterik ez duen munduko
zoriontasuna agintzen diolako, eta horrela gogor lan egiten
duelako arimaren lorategietan ugari dauden benetako
.zoriontasunaren fruituak dastatzea eragozteko
Jakintsuek badakite egiaren eta ilusioaren arteko aldea
eta trebeak dira bereizteko. Kontenplazioan sakondu ahala,
sakonki jabetzen dira borondate askearen garrantziaz eta
aukeratzeko askatasuna erabiltzearen beharraz, zuzena
dena egiteko eta ondorio kaltegarriak eta desatseginak
.dituzten ekintzak saihesteko

Dizipuluetako batek Paramahansa irakasleari galdetu

zion zein zen bere iritzia predestinazioari, patuari,
:sufrimenduari eta minari buruz, eta honek esan zuen
Gizakiek beren patua moldatzen dute beren
borondatearen bidez eta beren asmoen eta ekintzen bidez
zehazten dute beren patua. Sufrimendutik askatu zaitezke
hala egitea aukeratzen baduzu. Jainkoak, zeinaren funtsa
maitasuna den, ez du nahi bere maiteak minaren
hondamendiak jasatea ekintza okerren eta pentsamendu
akastunaren ondorioz. Gizateria bereizteko ahalmenaz eta
aukeratzeko askatasunaz hornitu du. Hala ere, erabaki
okerren eta aukera zentzugabeen ondorioz, gizakiek
sufrimendua eta mina ekartzen diete beren buruari eta
.besteei

Libre izan behar duzu eta inork ez utzi zure erabakia

konfiskatzen edo menderatzen, eta ez utzi inguruneak,
ohiturek eta tradizio okerrek zure bizimodua mugatzen eta
.kontrolatzen

Jokatu jakinduriaz, entzun kontzientziaren ahotsa,
kontuan hartu ekintzen ondorioak egin nahi duzunarekin
jarraitu aurretik, saihestu besteak kaltetzea zure portaera
.desegokiagatik, eta eskatu Jainkoari laguntza eta gidaritza

Barne jarraibideen arabera lan egitea
Lehenik eta behin gure helburua definitu behar dugu,
eta gero jainkozko gidaritza bilatu gure potentziala

adierazteko ekintza egokira bideratzeko. Gogoeta egin
beharko genuke gure gogoia lasai egon eta hurrengo urratsa
argi ikusi arte. Ondoren, jasotzen dugun barne-gidaritzaren
arabera jokatu behar dugu, eta nahi dugun emaitza lortuko
.dugu

Gogoia baretzen denean, gauzak azkar eta erraz
ulertuko dituzu, eta zein zoragarria den hori! Nahi duzuna
lortuko duzu, eta arrakasta idatzita izango duzu denbora
gutxian denetan, indar kosmikoak lege zuzena eman eta
.bere funtzionamendua frogatu dezakeelako

Batzuek diote gure garuneko zelulak ohitura jakin
batzuek moldatzen dituztela, eta ezin direla hobetu edo
aldatu. Hori ez da zuzena. Jainkoak bere irudian sortu
gaituenez, ezerk ezin gaitu mugatu edo gure aurrerapena
oztopatu. Geure burua aztertzen badugu, egiaz jabetuko
.gara, Jainkoaren laguntzarekin

Gizaki orok botere infinitua adierazten du
Indar hori erakusten dugu egiten dugun guztian

Zerbait sortu nahi dugunean
Ez genuke kanpoko iturrietan bakarrik fidatu behar

Aitzitik, barne sakonerara joan behar dugu

Iturri infinituaren bila gabiltza

Lan-metodo arrakastatsu guztiak

Asmakizun guztiak

Eta bibrazio musikal findu guztiak

Idea inspiratzaileak

Eta lan ederrenak eta zoragarrienak

.Jainkoaren erregistroetan grabatuta

Aro eta garaietan zehar bilatu zaitut

Desioen eta anbizioen bideetan

Eta orain konturatzen naiz nire baitan bizi zarela

Eta nire sentimendu sakratuenak inspiratzen ditu

Ez ezkutatu gehiago niregandik

Emozioen loreen atzean

Pentsamenduak eta arimaren taupadak

Apaindu nire arima zure jakinduriaren bitxiekin
Eta eman iezadazu Zure zoriontasunaren haizeak
Kendu niregandik estali zaituen iluntasuna
Nire ikusmenari eta nire ikuspegiari buruz
Oi zu, izarren eta zeru urdinaren atzean zaudena
Eta atmosferaren geruzen eta izaki eta izaki guztien
gainetik

Onartu nire maitasun xuxurla
Murgildu nire izatea zure maitasunean, zure argian eta
zure bakean

Erakuts iezadazu zure aurpegi santuena
Nire pentsamenduen sakonean sentitzen zaitut
Zure presentzia sentitzen dut nire sentimendu
sakonenetan

Eta nire maitasunaren lorategian loratzen ikusten zaitut
Bete nazazu zure presentziaren usainaz
Zure usain bedeinkatuaz goza nadin
Zatoz niregana zerutik eta izarretatik haratago
Eta pentsamenduak eta sentimenduak
Erakuts iezadazu zure aurpegi santuena
Utzi zure presentzia nire ariman konturatzen
Eta nire ingurukoak
Nonahi

Inner Culture* aldizkaritik hartuak dira eta Paramhansa
.maisuren irakaspenetatik eratorriak dira
Arrakastaren sekretua pentsamolde positiboa lantzean
datza: oparotasunaren, ugaritasunaren, baikortasunaren,
zoriontasunaren eta lorpenaren kontzientzia. Horrek
gotorleku menderaezina eraikitzen digu barnean,
zirkunstantzia kaltegarrien erasoari aurre egiten diona, batez
.ere gizakiak egindakoak direnak
Bakea eta harmonia lortzen ahalegindu behar dugu, eta
konturatu ezin dugula geuregana ekarri dagoeneko gure
baitan ez dagoen ezer, eta fidatu Jainkoa gauza on eta plazer
guztien iturria dela, eta gure fedearen eta positibotasunaren

arabera, bere graziaz beteko gaituela eta bere
.bedeinkapenez gainezka egingo gaituela
Profetek eta gizon handiek arrakastaren sekretua
ezagutzen zuten, eta historiak haien izenak errege eta
inperioenak baino gehiago hilezkortu zituen, eta denborak
.ezingo ditu haien izenak existentziaren erregistrotik ezabatu
Ekialdeko maisuek ezagutzen eta frogatutako lege
guztiak probatu dituzte oparotasun materiala eta
aberastasun espirituala lortzeko. Beste batzuek filosofia
honetatik ikasi eta onura atera badute beren bizitzak hobera
eraldatzeko eta beren egoerak kontrolatzeko, zuk ere gauza
.bera egin dezakezu

Porrot edo behar pentsamenduekin bere burua
kutsatzen duen edonork behar eta porrotez betetako
pentsamenduak dituzten lagunak erakarriko ditu, eta
.bibrazio eta kalitate bereko ingurunea sortuko du
Horrelako pentsamenduek frustrazioz, tristuraz,
depresioz eta etsipenez betetzen dute jabea, eta, ondorioz,
bere egoera okerrera egiten du eta pixkanaka okerrera
egiten du, eta bere patu eta helmugatzat jotzen duenari
.amore ematen dio

Inor ez da garaitua porrota ziurtzat hartzen ez badu, eta
huts egiten badu, akatsa ez dago metodoan edo legean,
.baizik eta legea gaizki erabili duen pertsonan
Zerbait egiteko erabakia hartu eta gure motiboen
garbitasunaz eta gure erabakiaren zuzentasunaz ziur
gaudenean, kezka alde batera uzten dugu eta ez ditugu
zirkunstantzien beldurrik izaten, ezta zirkunstantzien
.inguruko murrizketetan eta mugetan arreta jartzen ere
Zer behar duzu? Ospea al da? Edo magnetismo
pertsonala? Edo boterea? Edo segurtasuna? Edo osasuna?
?Edo zoriontasuna? Edo bakea

Zer nahi duzun badakizu, eta nahi duzuna nola lortu
badakizu, eta zure baitan eta zure inguruko bide zuzen eta
zilegi guztiak erabiltzeko prest bazaude, eta zeure buruari

promesa libre bat egiten badiozu eta porrota ez onartzeko
erabaki irmoa hartzen baduzu, orduan lortu nahi duzuna
.zurea da, eta poztu nahi duzuna lortzeaz
Paramhansa irakasleari autoezagutza definitzeko eskatu
:ziotenean, esan zuen

Autoezagutza gorputzarekin, gogoarekin eta"
espirituarekin Jainkoaren existentziaren osotasunarekin bat
garela konturatzea da. Ez gaude existentzia horretatik gertu
bakarrik, Jainkoaren osotasuna gure osotasuna ere bada, eta
orain Harengandik gertu gaude beste edozein unetan bezala.

".Egin behar dugun guztia Haren ezagutza hobetzea da
Honela esan zuen: «Zeregin txikiak burutzean
zintzotasunak bizitzak egunen batean hartzera behartuko
.«gaituen erabaki zailei tinko eusteko indarra ematen digu
Honela esan zuen: «Hiru dizipulu espiritual mota daude:

gurtza-etxeetara joaten diren eta horrekin bakarrik
konformatzen diren sinestunak... osotasun eta zuzentasun
bizitza maite duten baina Jainkoa ezagutzeko beharrezko
ahalegina egiten ez duten sinestunak... eta Jainkoarengan
beren benetako nia aurkitzeko erabakita dauden
.«sinestunak

Honela esan zuen: «Jainkoak azkar asetzen ditu bere
gurtzaileen behar guztiak, ahaleginak zapuzten eta
itxaropenak huts egiten dituzten motibo berekoietatik askatu
.«baitira

Mendien sakonean eta zeru bareetan, nire arimaren
zirrikitueta eta isiltasunaren leizean, Jainkoaren presentzia
.sumatzen dut eta haren betiko zoriona sentitzen dut
Eta bere iturri garbietatik edango dut, inoiz amaitzen ez
direnak eta betiko agortzen ez direnak. Jainkoarenganako
hausnarketaren eta hausnarketaren itsasoan murgilduko
.naiz sakonki

Jakinduriaren eta jainkozko pozaren perlak aurkitu arte
Jauna, eman iezadazu espiritu eskuzabala
Daukadana besteekin partekatzeko

Eta lagundu iezadazu nire gogoaren aintzira lasaian
ikusten
Ilargiaren isla espirituala, zure presentziaren argiarekin
distira egiten duena
Gaur Jainkoarenganako hausnarketa eta hausnarketaren
itsasoan sakonduko dut
Jakinduriaren eta jainkozko pozaren perlak aurkitu arte
Maite zaitut, Jauna, beste edozer baino gehiago
Zu gabe ezin dudalako inor edo ezer maitatu
Gurtuko zaitut, Jauna, zeinaren maitasuna paregabea
den

Bihotz maitekor eta atsegin guztien tronuan
Bizitzan eta heriotzan
Tristura eta zailtasun garaietan
Nire fedea zugar, Jauna, mantentzen da
Sendoa eta astintzezina
Irmoa eta astintzezina
Nire irrika eta erreguaren arnasa bakoitza
Ateak eta leihoak irekitzen zaizkit nire ariman
Hortik Jainkoaren zorientasunera igarotzen naiz
Eguzkiak distira egiten duen bezala
Errepide jendetsuenetan
Horrela jainkozko maitasunaren izpiak hautemango ditut
Jendetza handiko gune guztietan
Nire eguneroko jardueretarako
Jauna, bedeinka nazazu
Egunsentiarekin nire arima esnatzeko
Eta zure atalase bedeinkaturaino eramaten dut

* * *

Jainkoa isiltasun kosmikoa da
Non gauza guztiak islatzen diren
Bertatik sortzen dira ideia argitu guztiak
Beraz, lasaitasuna praktikatzen saiatuko naiz
Bere presentzia zorienttsua senti dezadan
Badakit Jainkoak entzuten ari dela

Nire irrika bakoitzaren xuxurlarako
 .Maitasun unibertsala da
 .Jainkozko maitasunaren bidez
 .Aurkitu dezaket
 Maitasunaren bidez, bilatzailea Jainkoarengana
 hurbiltzen da
 Zoriontasunaren iturri santuetatik edaten du
 Jauna, lagundu iezadazu
 Nire gorputza kargatzeko
 Zure karta kosmikoa
 Eta adimena sendatzeko
 .Fokuarekin eta baikortasunez
 .Eta sendatu arima
 Kontenplaziotik sortutako pertzepzio espiritualen bidez
 ,Uler dezagun, Jauna
 Zentzumen-plazerak azalekoak eta iraupen laburrekoak
 direla
 Arimaren poza bitartean
 Benetakoa da eta etengabe berritzen da
 Jainkoa ez da esaten dugun hitz bat bakarrik
 Aitzitik, bizitzaren funtsa eta existentziaren sekretua da
 Baliteke bere mugarik gabeko zabaltasunaren neurria ez
 jakitea
 Baina haren presentzia suma dezakegu
 Eta haren presentzia sumatzen dugu
 Gaur lasaitasunaren santutegia apainduko dut
 Jainkozko irrika loreekin
 Eta Berari dei egiten diot, maitasunaren eta pozaren
 Jainkoari
 Jainkoari eskatzen diot bere burua niri agertzeko
 Nire begi espiritualen bidez
 Bere argia zabaltzen ikus al dezaket
 Unibertsoko txoko guztietan
 Behar ditudan gauza garrantzitsuak imajinatuko ditut
 Nire borondatea eta sormen gaitasunak aktibatuko ditut

Pazientzia eta pazientzia dut
Jainkoaren grazia eta laguntzarekin nire helburua lor
dezadan

Badakit zorigaiztoa porrotak eragiten duela
Horregatik, nire onena egingo dut
Zoriontasun iraunkorra lortzeko
.Ezer ez baimenduz
Ni jazarritz eta arrakastarako nire bidea oztopatuz
Gauza txikien mapa mentalak marraztuko ditut
Eta gorpuzten ari naiz lanean
Nire amets handiak lortu arte
Bere laguntzarekin, goratua izan bedi
Sortzailearen argiaren izpiak gara
Denbora mugatu batez bizi gara gorputz fisikoetan
Izpiak beren iturrira itzuli behar dira
Horrek ez du esan nahi gorputzak baliorik ez duenik
Hobeto esanda, ez genuke pentsatu behar
Horren eta haren mugen menpe gaude
Jainkoak ez dio inori faboritismorik erakusten
Aitzitik, lege finko eta aldaezin baten bidez erantzuten

du

Jainkozko legea hausten duenak
Zigorra eta oinazea ekartzen ditu bere buruari
Eta lege horren arabera bizi denak
Jainkoak sarituko du eta bere otoitzak erantzungo ditu
Barne bakearen eta pozaren bidez
Bihotzez otoitzak eskainiko ditut
Beti erabiltzen dut nire borondatea
Nire otoitzei erantzun asegarriak eta nahikoak jaso arte
Fronteko Kontzientzia Espiritualerako Zentroa
Egia aurkitzen saiatzen banaiz, Jainkoak erraztuko dit
.hura ezagutzea, eta pozik egongo naiz
Eta burura etor daitezkeen galdera eta kontsulta guztiei
erantzun asegarriak

Kontzientzia espiritualaren erdigunea kopetan dago,
bekainen artean, begi espirituala dagoen tokian, hau da,
espirituaren erreinura sartzeko atea. Beraz, puntu honetan
.zentratuko naiz

Konturatzen naiz nire kontzientzia ingurunearen
aldaketarekin batera aldatzen dela, eta beraz, inguruneak
ilusioz eta engainuz pozoitzen banau, ingurune hobeago
.batera aldatuko dut

Adiskidetasunak mantentzeko sekretua
Ikasle batek Paramhansa irakasleari esan zion: "Maisu,
zaila egiten zait egiten ditudan adiskidetasunak
."mantentzea

:Irakasleak erantzun zuen
Aukeratu arretaz zure lagunak izan zaitez atsegina eta
leiala haiekin, baina mantendu beti distantzia pixka bat
Elkarrekiko errespetua izan dadila zu eta haien arteko
.lotura, eta ez gaingitu haiekin zuzentasunaren mugak
Erraza da besteekin ondo moldatzea, baina haien
maitasuna eta errespetua mantendu nahi badituzu, aholku
.hau jarraitu beharko zenuke

Bere arimaren imanak iman kosmikoaren kontra
kontzentrazio sakonarekin igurzten duenak iman horren
parte bihurtzen da, haren propietateak bereganatzen ditu
.eta beregana ekartzen du on eta zuzen den guztia

Auto-baieztapenak

Kontzentrazio eta meditazio trebetasunak garatuko
ditut, liburu erabilgarriak eta material onak irakurriko ditut,
eta beste pertsonen sentimenduekiko kontuan hartzaileagoa
.izango naiz

Jainkoak eman dizkidan gauza on guztiak eskertuko
ditut eta ez dut egoera kaltegarrien zain egongo
Eskuzabalak eman dizkidan bedeinkapen ugariak
.gogorarazteko

Gaur iman espiritual bat izaten saiatuko naiz, non
niregana ongia ekarriko dudan daukadan erakarpen-
.indarraren arabera

Gorputzari dagokion guztia usteltzen da, eta arimari
dagokion guztia hilezkorra eta suntsitzailea da. Horregatik,
.ez ditut gauza materialei lehentasuna emango nire bizitzan
Jainkoa lehenik bilatzen badut, nire desio guztiak beteko
dira, eta ez du axola jauregi bikain batean edo etxola xume
batean bizi naizen. Nire kontzientzia zabalduko da eta nire
ulermen espirituala loratuko da zintzotasunez, zintzotasunez
eta osotasunez bizi banaiz, eta besteak kontsolatzen baditut
eta errukia, adeitasuna, maitasuna eta animoak eskaintzen
.badizkiet bizitzako bidaian

* * *

Irakasle batek galdetu zuen: "Irakasle jauna, arima bat
"?betiko gal daiteke
:Paramhansa jaunak erantzun zuen
Ezinezkoa! Arima oro Jainkoaren zati banaezina delako"
eta, beraz, betierekoa, hilezkorra, usteltzeak ukitu gabea
"delako

Dizipuluetako batek ez zuen ahaleginik aurreztu
aurrerapen espiritualaren zantzuak bilatzeko, eta irakasleak
:esan zion
Hazi bat ereiten baduzu eta egunero lurpetik ateratzen"
baduzu hazkuntza egiaztatzeko, bere sustraiak ez dira
"lurzoruan finkatuko eta ez da haziko
.Zaindu ondo, baina ez izan gehiegi jakin-mintsu
Ezagutza espiritualaren zertzeladak

Irakasle jakintsuarentzat.

Paramhansa Yogananda

**Gizakiak zientzia eta artearen adar guztietan
eskuratu nahi duen ezagutza guztia, atomoaren
sekretuak barne.**

**Unibertsoaren eta gizateriaren historia, guztiak
eterrean existitzen dira bibrazio moduan**

**Bibrazio hauek inguratzen gaituzte, eta badago
modu bat zuzenean horietara sartzeko. Hau arimaren
ikuspegiaren bidez da.**

**Logikaren aroa da hau. Esperientzia oro arretaz
eta bereizketaz aztertu behar da ulertzeko.**

**Eta bere edukia ulertuz, ilusioaren hesia gainditu
daiteke. Dena dago arrazoi bat, eta analisi aro
honetan,**

**Ulermen hori lortzeko lan egin behar dugu
Estasi espiritual egoeran sar naiteke hau
kantatuz:**

**"Jainkoa, Jainkoa, Jainkoa"
Meditazioaren bidez egoera horretara sar naiteke
Edo paisaia natural eder bat ikusita
Edo Jainkoaren argia eta maitasunaz distira
egiten duen aurpegi bati begiratzuz**

*** * ***

**Ezaguna ulertuz eta gozatuz kontsumitzen dugu.
Gero, ezezaguna esploratzera jotzen dugu, ezagunak
ez duelako.**

**Betiko gogobetetasuna ematen digu.
Gogobetetasun hori emango baligu, ez ginateke
hainbeste denbora egongo Lur planeta honetan.**

**Etorkizunerako ikuspegiarik gabe, hobetzeko
ahaleginik egin gabe eta esploratzeko ekimen-
espiriturik gabe, ezagutzen denarekin etengabe
konformatzea**

**Arrazoitzeko eta azaltzeko pizgarriarik gabe,
gizateria geldiunea eta inertzia legoke, eta ondorioz,
desagertzea.**

Eta desagertzen

*** * ***

**Bizitza hemen antzua eta kaotikoa dirudi
segurtasun kostaldera iritsi arte**

**Ez genuke gure itxaropena jarri behar munduko
helburu iragankorretan eta atxikimendu material
hauskorretan.**

**Lotura ahul horiek inkontzienteki urruntzen
gaituzte gure azken helburutik**

**Gure benetako nortasunetik urruntzen gaituen
bezala**

**Erleak gogor lan egiten du eta garai zailetarako
prestatzen da, eta negua iristen denean, udaberriko
uztatik gordeta duenaz gozatzen du**

Eta uda.

**Horrela, jainkozko bakearen ezia eta egoera
zailei aurre egiteko gaitasuna nola bildu ikasi behar
dugu.**

Bizitzan topatzen ditugu haiekin

*** * ***

Mundu aldakor honetan

Arrisku eta ziurgabetasunez beteta dago

**Hain bakarrik sentitzen zara Jainkoak bakarrik ez
zaitu abandonatuko**

Zure itxaropenak ez dira hutsik egingo

Jauna, bedeinka nazazu

**Indar espiritualaren eta arrakastaren haziak
elikatzekeo**

Nire baitan ezkutatuta

**Eta zuri atsegin diezazun moduan erabili ahal
izateko**

*** * ***

**Noizean behin, pertsona batek dena atzean utzi
behar du bere buruarekin bakarrik egoteko, helburu
bati buruz pentsatu ahal izateko.**

bizitza

Jende gehienak tradizio eta ereduak korrante batean dabil; egia esan, ez dute inoiz benetan beren bizitza bizi izan.

Munduko bizitza bizi dute. Beraz, zer lortu dute, eta non amaitu dute?

Beraz, komenigarria da pertsona batek noizean behin eguneroko zereginetatik eta "betebeharretatik" aldentzea bakea aurkitzeko.

Bere burua nahaspilan dago, eta bere burua ulertzen eta lortu nahi duen helburua zehazten saiatzen ari da.

*** * ***

Jainkoa maite duenak, eta beraz, denak maite dituenak, ez du esan nahi besteen akatsak eta akatsak maite dituenik.

Jainkoa maite duena bere legeetan sendo mantentzen da Nire ekintzak Jainkoari eskainita zeudela konturatu nintzenean, nire uste okerrak izan zitezkeen sentsazioa desagertu egin zen.

Oker nagoenean zuzentzeko prest nago, baina zuzen nagoenean, ez dut hori alde batera utziko.

Barne sentimendua.

Sentimendu hori ez da emoziotik sortzen, egiatik baizik, eta beraz, nire ustea indartzen du eta nire erabakian irmo mantentzen nau.

Pertsona batek bere oparotasunean besteen ongizatea sartzen ez badu, ez du bizitza eroso baten esanahia ezagutuko.

Esan nahi dudana da beste batzuei laguntzeko benetako nahia izatea, beraiek ere lagundu ahal izan dezaten. Orduan baliabide agortezin bat aurkituko duzu.

**Ekintza onek zure bizitzan funtzionatzen dute
Edozein dela ere zure egoera, lege horrek beti balioko dizu eta behar duzun guztia emango dizu.**

*** * ***

**Zintzotasun sakona ezinbestekoa da bide
espiritualean, garbitasunean eta egian arimaren
egunsentia pizten baita.**

*** * ***

**Maite duzun norbaitengandik gertu zaudenean,
haren pentsamenduak sumatu ditzakezu, baina
baliteke urrun dagoen norbaiten pentsamenduak ez
sentitzea gai.**

**Zure eskuetatik haratago dago zentzumen-eremu
sofistikatua ez baduzu behintzat.**

**Kontzentrazio eta meditazio teknikak aldizka
praktikatzen dituztenek askoz lasaiago sentitzen dira
eta, ondorioz, beren pentsamenduak finduagoak
bihurtzen dira.**

**Zientzia praktikari esker, besteen pentsamenduak
eta asmoak hauteman ditzakete, baita distantzia
handietatik ere.**

!

Esku hutsik itzuli zen.

**Paramhansa maisuaren irakaspenetan
oinarritutako istorio bat**

**Erregeetako baten alabak ezkontzeko adinera
iristen zenean, bere aitak, erregeak, baldintza bat
jarri zuen: ezkontzeko eskatzen zion edonork bete
behar zuen**

**Lorpena Baldintza zen potentzial ezkongai
bakoitzak zerbait lapurtzea inork jakin gabe**

**Izendatutako egunean, hizlariak alde guztietatik
etorri ziren, beren harrapakin desberdinak ekarriz,
bakoitza kantatuz**

**Horien artean, baldintza betez helburua lortzeko
itxaropena dago.**

**Orduan, izenik gabeko gazte bat agertu eta
erregeari esan zion:**

"Maiestate, eskatu duzuna ezinezkoa da lortzea. Zeren zerbait lapurtuko banu eta munduko inork ez balu nire ekintzaren berri izango, baina..."

Hala ere, jakingo dut, eta hori ezin dut egin"

Erregea oso pozik geratu zen gazteak esandakoarekin eta erantzun zion:

"Zu zara nire alabaren duina, baldintza bete duzulako eta nire suhia eta oinordekoa izatea merezi duzulako"

*** * ***

Jabetza kontraproduktiboa da. Ezkontide batek bestea kontrolatzen saiatzen denean, autokontrol faltaren seinale da.

maitasuna

Baina maitasuna benetako eta atseginarekin adierazten dutenean, sentimenduak arretaz aztertuz eta bestea zoriontsu egiteko zintzotasunez

Maitasunak kalitate sublimea hartzen du, eta harreman horretan jainkozko maitasunaren zertzelada bat jasotzen dugu.

*** * ***

Jainkoarenganako bidea da biderik errazena eta sinpleena, baina gutxi dira errituak gorabehera ibiltzen direnak.

Eta hainbat formalitate

Hobe da gure bihotzak Jainkoarengana itzultzea eta guretzat onena eta iraunkorra dena eskatzea

Egia esan, Jainkoa gure zain dago, gaiztoen guneetatik eta arrisku-zuloetatik urrun eduki nahi gaituelako.

Gure bihotzetan eta gogoetan nahi gaitu, mundu honetako ondasun merkeak ezin baitute gizakiaren irrika ase edo hutsune espiritualala bete.

Barru-barruan sentitzen duena

Jainkoak etengabe hitz egiten digu, baina gutxik entzuten dute haren ahotsa

Ahots lasai hori askotan pentsamendu zaratatsuen eta desio agerikoen zalapartan itotzen da

Baina pentsamenduak baretzen eta desirak baretzen direnean, Jainkoaren ahotsa argi entzuten dugu, isila eta ahula izan arren.

Egiaz, Jainkoak dena egiten du gizateriari laguntzeko; ateak irekitzen ditu eta bideak argitzen ditu, nondik pausoa eman behar dugun ikus dezagun.

Estropezu egiten du, baina oina ez zaio irrist egiten; hala ere, jende gehienak ez du konturatzen horretaz

*** * ***

Egun galdua Jainkoaz pentsatu eta berari atsegin zaiona bilatu gabe igarotzen den eguna da.

*** * ***

Maitasuna iturri amaigabeetatik etengabe darioen iturburua da, eta bihotzaren irekidurak portaera txarrak blokeatzen dituenean

Beste bihotz batetik ugari dariola ikusten dugu, baina maitasuna edozein bihotzetan hiltzen delako pentsamendua

Maitasunaren izaera unibertsalaren ezjakintasuna da

Maitasunaren bideak ez lirateke ekintza okerrekin blokeatu behar

Eta orduan jainkozko maitasunaren ur garbia edan daiteke

Bihotz on guztietatik datorren fluxua

*** * ***

Hatza anputatu zaien pertsonak askotan oraindik hor dagoela sentitzen dute. Eta gorputz-adar bat galdu duten guztiek...

Sentimendu hau ezaguna da

Gorputzeko organo bakoitzaren pareko edo pareko ezkutu eta etereo bat dago. Bihotz fisikoaren atzean bihotz ezkutu bat dago.

Hori gabe, ikusgai dagoen bihotzak ezingo luke taupadarik egin

Gizakiek organo ikusezinak dituzte, hala nola ikusmena, entzumena, garuna, hezurak eta nerbio etereoak. Organo hauek...

Argi eta jarduera ehun gisa, gizaki ikusezinaren gorputz planetarioa osatzen dute.

Gorputz planetarioa edo eterikoa oso antzekoa da gorputz fisiko ikusgaiarekin. Desberdintasuna da bere forma argitsu eta bizia

Oso polita

*** * ***

Pertsona batek bere buruaren subiranotasuna duela ziur dagoenean, bere garaipena agintari absolutuaren garaipena baino handiagoa da, garaipena baita.

Kontzientziaren auzitegiaren aurrean zutik dago

Ideiak epaimahaia dira eta gizakia auzipetua

Pertsona batek egunero bere buruari erantzukizuna eskatu beharko lioke, eta ikusiko du zenbat eta gehiago diziplinatu eta zigortu bere kontzientziak, orduan eta gehiago ahaleginduko dela bere burua hobetzeko.

Zenbat eta ikuspegi positiboagoa, zintzoagoa eta zuzenagoa izan, orduan eta arrakastatsuagoa eta garaileagoa izango da bizitzan.

*** * ***

Kontzientzia kosmikoa sakonki esploratzen dutenek automatikoki gaitasun espiritual hobeak eta indarren gaineko kontrola garatzen dituzte.

Naturala Baina Jainkoaren benetako kontzientzia lortu duen inork ez du bere ahalmenak harrotzeko eta erakusteko erabiltzen, jakinduriarik edo

Izan zaitez arrazoizkoa

Jakintsuek ulertzen dute Jainkoa dela existentzian dagoen agente bakarra Eta apalki, berari egozten dizkiote eman dizkioten dohain apartekoak

Egin behar dute.

Ez al da existitzen den guztia mirari bat? Eta ez al da gizakia, bere existentziagatik bakarrik, mirari bat ere?

Gizakiak Jainkoak sortutako mirari guztiekin pozik ez badaude, zergatik egin beharko lukete gehiago santuek?

Mirariak?

Jainkoaren santu zuzenak ez dute ezer egiten Jainkoak eskatzen ez badie, eta arrazoi misteriotsu eta konplexuengatik

Batzuetan ulertzea da gakoa

*** * ***

Pentsatzeko, hitz egiteko, sentitzeko edo jarduteko behar ditugun gaitasunak Jainkoarengandik datozela konturatzen garenean, eta

Beti dago gurekin, inspiratzen eta gidatzen gaitu, eta estres psikologikotik berehala askatzen gara.

Konturatze honekin batera poz-distirak datoz, eta batzuetan, argitasun sakon eta berehala uxatzen duen batek gainezka egiten dio pertsonari.

Beldurraren pentsamenduak.

Jainkoaren boterea ozeanoaren antzekoa da, gora eta behera doana, bihotzean zehar garbiketa-prozesu batean zehar doana, oztopo ilusiozko guztiak kenduz.

Zalantza, urduritasun eta beldurrarekin

Gizakiak gorputz fisiko bat besterik ez dela uste du, baina hau bere benetako nia ukitzean gainditu daitekeen ilusio bat da.

Espiritualtasuna meditazioaren bidez Orduan konturatuko zara gorputza itsasoaren gainazalean flotatzen ari den jarduera-burbuila bat baino ez dela Kosmikoa.

*** * ***

Olatuak sortzen diren ozeanorik gabe, olatuak ez lirateke existituko

Horrela, bertatik datozen gure bizitzako olatuak eusten dituen jainkozko ozeanoa ezagutu eta ukitu behar dugu.

*** * ***

Pentsamendua elektrizitatea bezalako indarra da, eta egoera psikologikoak pentsamenduarekin eta pentsatzeko moduarekin lotuta daude.

Elektrizitatea onuragarria eta kaltegarria da aldi berean. Ondo erabiltzen dakienak bere zerbitzura jartzen du, bestela elektrokutatu egin dezake.

Era berean, norberaren pentsamenduak bide egokietan zuzentzen badira, zoriontasuna ekartzen diote jabeari; bestela, kaltea eragiten diote.

Arazoak

Pentsamendua zaldi basati baten antzekoa da, baina hezteak ez da ezinezkoa, eta pentsamendu positiboa kontrolatzeko modu bat da.

Pentsamenduz.

Pentsamendu ona lagun mina da, eta pentsamendu txarra etsai etengabea

Pentsamendu onak bakea eta segurtasuna erakartzen ditu, eta pentsamendu okerrak, berriz, jabearengan bikoiztu egiten diren gezi hilgarriak askatzen ditu.

Saria ekintzaren araberakoa dela esaten da

**Asmo onak bidaltzen dituen bitartean, norberaren
pentsamenduak arimaren ganberak argitzen eta
iluntasuna uxatzen duten zuzi bihurtuko dira.**

**Orduan, lasaitasun sakona sentitzen du
Poztasun irribarre batez distira egin zion begiek!**

*** * ***

**Bedeinka gaitzazu, Jauna
Elkarri gure bihotzak ireki diezazkiogun
Argitu ditzagun gure asmoak
Agian merezi dugu Zure babesaren eta zaintza
Erakutsi zeure burua, barrutik eta kanpotik Abestu
dezagun zure izen bedeinkatua Uxatu
ezjakintasunaren iluntasuna zure argi santuarekin
Kanpatu iluntasuna gure gogoetatik
Zure presentziaren argi distiratsu eta zabalarekin
Bihotz zintzoekin bat eginda
Eta gure arima harmoniatsuen irrika
Zure aurrean ahuspeztzen gara, zure laguntza eta
gidaritza eskatuz**

**Eta zure presentziaren etengabeko kontzientzia
gure arimetan Zuri eskaintzen dizkizugu gure
maitasun, ohore eta irrika guztia**

**Gure maitea zarelako eta unibertso honetan
dugun guztia zarelako**

**Jainkoak "aginduak" izeneko lege espiritualak
eman dizkigu. Baina agindu hauek egunero eta
egunero hausten eta hausten dira.**

leku

**Jendeak bere esanahi espiritualak ulertzen ez
badu, beti kexatuko da eta alde batera utziko du**

**Agindu hauek betiko jokabide-kodeak dira, erlijio
abrahamiko guztiek onartuak. Hala ere, testuak
askotan ez dira interpretatzen.**

**Agindu hauen alderdi psikologikoa eta haiek
aplikatzearekin lotutako onurak**

Jendeak gurtza lekuetan onartzen du, baina ez du horren arabera jokatzeko leku horietatik kanpo, eta hori justifikatzen dute esanez...

Erabakiak praktikoak ez direnak, logikoak ez direnak eta ez datoz bat garaiaren izpirituarekin.

Hala ere, agindu horien urratzea da munduko miseria guztien kausa nagusia

Pertsona batek ezin ditu besteen eskubideak urratu, ezta haien lurra, bakea, maitasuna edo duintasuna kendu ere.

Edo haien edozein aktibo ukigarri eta ukiezin Zurea ez dena hartzeko gogorik sentitzen ez baduzu, behar edo nahi duzuna etorriko zaizu.

Lapurreta lehenik buruan sortzen da, pertsona batek besteen inbidia izaten hasten denean.

Desira gaiztoen haziak burutik kendu behar dira Altruismo espirituala da pertsonak automatikoki ugaritasuna erakarriko duen bidea eta bedeinkazioak norabide guztietatik etorriko zaizkiola.

Badaki eta ez daki.

Jainkozko lege hutsezina da. Baina lapurrek eta berekoiek bizitza ondasun materialen atzetik igarotzen dute, begiak beti...

Besteek dutena, nahiz eta kutxak urre beteta egon

Egoismo materiala alde batera uzten ez bada, munduak ezin du zoriontasuna ezagutu

Jainkoaren maitale bazara eta haren presentzia bizi nahi baduzu, zure gorputza eta adimena haren bakean murgildu behar dituzu, eta irribarre egingo dizu.

Bizitza hobetzen ari da zuretzat hainbat modutan

Pertsona lasai batek gutxitan egiten du akatsik, eta beste milaka huts egiten duten lekuetan arrakasta lortzen du.

Jainkoaz pentsatzen ez dutenak edo Hartaz arduratzen ez direnak deprimitu eta zorigaiztoko bihurtzen dira; suminkor bihurtzen dira eta makinaren antzeko zerbait bihurtzen dira.

Animatua

Jakinduriaren eta bakearen eguzkia lasaitasunaren zeruan aterako da eta zure izatea bere izpi sendagarrietan bainatuko du ahalegina egiten duzun bitartean.

Espiritualki, eta eman lehen lekua Jainkoari zure bihotzean

*** * ***

Pertsona batek ezin ditu besteen eskubideak urratu, ezta haien lurra, bakea, maitasuna edo duintasuna kendu ere.

Edo haien edozein aktibo ukigarri eta ukiezin Zurea ez dena hartzeko gogorik sentitzen ez baduzu, behar edo nahi duzuna etorriko zaizu.

Lapurreta lehenik buruan sortzen da, pertsona batek besteen inbidia izaten hasten denean.

Desira gaiztoen haziak burutik kendu behar dira Altruismo espiritualak da pertsonak automatikoki ugaritasuna erakarriko duen bidea eta bedeinkazioak norabide guztietatik etorriko zaizkiola.

Badaki eta ez daki.

Jainkozko lege hutsezina da. Baina lapurrek eta berekoiek bizitza ondasun materialen atzetik igarotzen dute, begiak beti...

Besteek dutena, nahiz eta kutxak urre beteta egon

Egoismo materiala alde batera uzten ez bada, munduak ezin du zoriontasuna ezagutu

*** * ***

Ai, Jauna

Nire maitearen kandela mehearen argitan

Irakurri zure urrezko liburua

Nire arimaren kutxako zaindaria

Aro eta aroetan zehar

**Zure maitasun santua izan zen, Jainkoa, eta beti
izango da**

Bakearen kandela ikusezina

Nire iluntasuna uxatzen duena

Eta lerro sekretuak erakusten dizkidazu

Nire bihotzeko orrialdeetan idatzita

*** * ***

**Bete nire gogoaren ontzia zure jainkozko
jakinduriaz**

Bete nire emozioen botila zure errukiarekin

**Bete ezazu nire arimaren saskia Zure ezagutza
bedeinkatuaren fruituekin**

**Erabili nire bizitzaren ontzia zure maitasunez
betetzeko**

**Eta isuri besteen arimetan, utzi nire kontzientzia
nonahi isurtzen**

Zure existentzia handiagoan disolbatzeko

**Hemen daude nire maitasunaren egunsentiko
izpiak**

**Zure irrika nire bihotz hautsiaren pitzaduretatik
sortzen da**

**Zure maitasunaren eguzkia existentzian
distiratzten topatzeko**

Eta zure maitasun distiratsuari esker

Nire iluntasuna argi eta lasaitasun bihurtu da

*** * ***

Oi izar distiratsua

Eta ideia harmoniatsuen xuxurlatzailea

Eta maitalea bihotz onetik dator

**Zure maitasuna baino ez dut eskatzen
Nire eskubidea eta betebeharra delako zu
maitatzea**

**Bizitzan nire lehentasun nagusia zara
Eta nire bihotz irrikatsuaren lehen desioa zu zara
Zure bidez aurkitu dut nire zoriona
Eta zu poztu da nire bizitzako lorpenik handiena
Jainkozko maitasunaren ereserkitik**

*** * ***

**Pertsona batek bere haririk gabeko gailu mentala
doitzen duenean, pentsamendu-mezuak transmititu
eta jaso ditzake.**

**Nahasmendu intelektuala, emozio biziak eta
zentzumenen eta haien eskaeren kontrolari men
egitea gauza horiek guztiak kaltegarriak dira.**

**Haririk gabe asaldatzen du adimena, eta
lasaitasun sakona, isiltasuna, arreta mentala eta
ariketa fisikoa ezinbesteko elementuak dira harmonia
perfektua lortzeko.**

**Ahotsak eterra zeharkatzen duten bezala, gure
pentsamenduak ere inguratzen gaituen eta bertan
dagoen guztiaren kontzientzia kosmikoaren eterretik
bidaiatzen dute.**

**Existentzia Lehenik eta behin, Jainkoarekin
harmonian egon behar da, eta helarazi beharreko
lehenengo mezua hau izan behar da:**

**"Maite zaitut, Jauna, parekorik ez duen maitasun
batekin"**

*** * ***

**Oi jainkozko buztinlaria
Bizitzaren gurpilean, milaka milioi giza gorputz
bakar eta desberdin forjatzen dira: eraikuntza fisiko
hauskorrak**

Giza arima hilezkorarentzat

Zure sorkuntza-fabrika ezkutuak dena ekoizten du: zure seme-alabek etxerako behar dituzten altzari eta osagarri guztiak.

Fisikoa, mentala eta espirituala

Naturaren produktuen sortzailea, ekoizlea eta erakusleihoa zara, beren sasoietan!

Jabetza espiritual baliotsuak lortzeko egindako ahaleginak oso baloratzen dituen Zeruko Maisua zara.

Eta bizitza duin baterako ezinbestekoa

Zure lankidetza-planak agintzen du gizakiak zure bedeinkapenak merezi eta gozatzeko lan egin behar duela; eman behar du

Dirua edo lurzoruan lan egitea elikagai nutritiboak lortzeko eta kontuz ibiltzeko eta neurriz ibiltzeko osasuna mantentzeko.

Etxerako argi eta indar nahikoa lortzeko ikasketetarako eta autodiziplinarako dirua ordaindu behar duen bezala

Espiritualki erosotasuna

Era berean, arduraz eta aktiboki murgildu behar du bere barnean, bere egarria asetzen eta garbitzen duten jainkozko maitasunaren iturburuak aurkitzeko.

Munduko hautsa eta zikinkeria

Gauza materialak erosi eta saldu daitezke, baina zure bedeinkazioak preziorik gabekoak dira

Ez dago salgai edo erosteko!

Gutako bakoitzak egunen batean bere zentzumenera itzuliko da eta bere jainkozko nira itzuliko da, bere leku sakratua konturatuz, non Zure zoriontasunean bilduta egongo den.

Betiko eskuzabaltasunez ematen zaiona!

Paramhansa Yogananda jakintsuaren "Betikotasunetik xuxurlatzen" liburutik

*** * ***

Noiz konbentzitu ditzakegun besteak gure maitasunaz

Eta denboraren eta beste proba batzuen bidez ziur bihurtzen garenean

**Norbaitek benetan maite gaitu bihotz osoz
Eta gauza bera sentitzen dugu pertsona horrenganako**

Ez irabazi pertsonalerako, baizik eta adiskidetasunaren taupadak sentitzeko besterik gabe

Jainkoaren isla ikusten dugu eta Jainkoaren presentzia sentitzen dugu

Eta Jainkoaren ahotsa entzuten dugu adiskidetasun bedeinkatu horretan

*** * ***

Batzuetan dena ondo doala dirudi, beraz, mundua ondo dagoela eta gure gauzak ordenan daudela uste dugu

Hala ere, iristen da une bat non dena gure aurka dagoela sentitzen dugun, eta hau gure erabakia indartzeko eta gure indar lozorrotuak askatzeko ikasgai bat da.

Bere leku ezkutuetatik

Baina horren ordeztu, haserre sentitzen gara zerbaitek gure desioak zapuztu dituelako. Frustratuta sentitzen gara, ez ditugulako lortu.

Gure desioek haserre-bolada bihurtzen gaituzte, eta gure gogoa nahasi egiten da. Gure lekua ahazten dugu eta gure bereizmena galtzen dugu, eta ekiten dugunean...

Diskriminaziorik gabe, emaitza akatsak eta miseria dira

Bizitzako atzerapausoengatik edo horiek eragiten dituztenengatik haserreari amore ematen ez badiogu, gauzak argiago ikus ditzakegu eta eraginkorrago aurre egin diezaiekegu.

Hobeto

*** * ***

**Jainkoak, bere erruki infinituan, bere poza eta
inspirazioa ematen dizkigu**

Eta benetako bizitza ematen digu

Benetako jakinduria

Benetako zoriontasuna

Benetako ulermena

**Baina Jainkoaren aintza arimak sentitzen duen
lasaitasun espiritualean eta adimenak Harekin
harmonizatzeko egiten duen ahalegin sutuan
bakarrik agertzen da.**

**Hor gaude aurrez aurre egiarekin. Kanpoan,
ilusioak indartsuegiak dira, eta oso gutxi dira gai
horiek hausteko.**

Kanpoko ingurunearen eragina ezabatzea

**Munduak bere konplexutasun infinituekin eta
esperientzia kontaezinekin jarraitzen du**

**Jainkoaren ahotsa bizitzaren itxuren atzean dago,
beti guri dei egiten eta hitz egiten digu loreetatik,
liburu sakratuetatik eta...**

**Gure kontzientziak, eta bizitza bizitzeko modukoa
egiten duten gauza eder guztien bidez**

*** * ***

**Garbitu gure metala, zeruko alkimista! Eraldatu
gure ahultasuna indar bihurtu**

**Eta gure ideia okerrak egiaren pertzepzio
errealetan eraldatu Gure anbizio berekoien deabru
itsusiak eraldatu**

**Hego-asmo garaietara eta gure ezjakintasun
mingarrietara, jakinduria sakratuetara eta gure
nagikeriaren oinarritzko lehengaietara**

**Lorpen espiritual bikainetatik lortutako urre
purura**

Hemendik eta handik

Extasiaren abestia.

Paramhansa Yogananda irakasleak kontatua

Antzina, Jainkoaren atean ermitau bat bizi zen. Ez zuen inor predikatzen edo gidatzen, eta ez zuen jainkozko maitasunaz bakarrik hitz egiten, hau baitzen bere obsesio bakarra.

Nora joan zen ere, jainkozko maitasuna aldarrikatzen zuen bere baitan sakonki erretzen zuela. Beharrezkoa zenean bakarrik hitz egiten zuen, eta bere hitzek gutxitan gainditzen zituzten bi edo hiru hitz, baina milaka pertsona jarraitzen zioten irrikaz abesten entzuteko, gehiagoren irrikaz.

Jauna, zu zara nire helburua, eta zureganako maitasuna da nire bandera.

Nire arimak eta bihotzak zu irrikatzen zaituzte, oi nire zoriontasun gorena

Behin, herrietan zehar bere abesti xumea kantatzen zihoala, gizon-emakumeek lana utzi eta jarraitu zioten, baina bata bestearen atzetik atzean geratu ziren, harik eta jada ikusi ezin izan zituen arte.

Orduan zelai zabal batera iritsi zen, non gizon bat alea biltzen ikusi zuen, eta agurtu egin zuen, esanez: "Uzta-biltzailea, uzta-biltzailea". Uzta-biltzaileak erantzun zion: "Utzi bakean, gizona, ez hitz egin nirekin, lanpetuta nagoelako, ikusten nauzun bezala. Alde egin niregandik, eroa".

Baina hark esan zion: «Ez dizut eskatzen nirekin hitz egiteko, eskatzen dizudan guztia da atsegin emateko eta nirekin abesteko. Mesedez, pozik jarriko nauzu nire jainkozko

maitearen izena nirekin errepikatuz, eta gero alde egingo dut?!»

Uzta-biltzaileak harekin batera abesten hasi zen: «Jauna, zu zara nire helburua... eta zureganako maitasuna nire bandera...». Pozez bete zen, eta sega eskutik erori zitzaion, eta eroaren atzetik joan zen, pozez eta ilusioz abesten... eta txoriek ere poza sentitu zuten eta Jainkoarenganako maitasunaren ereserkia oihuka eta abesten hasi ziren.

Oinez jarraitzen zuten bitartean, uzta-biltzailearen emaztea etorri eta senarrari errua botatzen hasi zen, esanez: "Zer gertatzen zaizu? Zer hartu duzu buruan ero honen atzetik ibiltzeko?" Baina hark erantzun zion: "Esan nahi duzuna nire inguruan, baina abestu nirekin, behin bakarrik bada ere". Beraz, abesten hasi zen, eta hirurek elkarrekin abestu zuten gogoz eta pozik.

Abesten ari zirela, herriko batzuk igaro eta eszenari buruz txantxetan hasi ziren, esanez: "Egunotan ero asko daude!". Ermitauak esan zien: "Izan pazientzia, jendea, gu epaitzean, guk sentitzen duguna dastatu arte, otoitz egiten dizuet, batu zaitezte gurekin abestera, eta gero epaitu".

Jende hauek batu zitzaizkien kantuan, eta jainkozko maitasunez kutsatuta zeuden, eta bedeinkatutako ereserkia bihotz-bihotzez eta irrika handienez kantatzen hasi ziren.

Haien berri eskualde osoan zabaldu zen, eta ehun, berrehun, hirurehun eta bostehun lagunek jarraitu zieten, gelditu eta uxatzen saiatuz, baina denen bihotzak poz izugarritz eta gero eta handiagoa zen irrikaz oihartzun egiten zuen:

Jauna, zu zara nire helburua, eta zureganako maitasuna da nire bandera.

Nire arimak eta bihotzak zu irrikatzen zaituzte, oi nire zoriontasun gorena

Jainkoak bedeinka zaitzatela eta zuen bihotzak poztu zaitzatela

Bakea izan bedi zurekin

Zazpi Filosofoen Gizakiari buruzko Diskurtsoa

Lehenengo filosofoak esan zuen:

Gizakia historiaren gailurra da, poesiaren azken helburua eta natura Jainkoarekin lotzen duen lotura bizia eta librea.

Bigarren filosofoak esan zuen:

Ez dezagun gizakia gutxietsi edo haren duintasuna gutxietsi, zeren pertzepzioaren erreinurik gorenetatik sakonera baxuenetara jaitsi den arren, oraindik ere bere ariman daramatza hasierako aintza eta distira goren haren arrastoak; izan ere, antzinako tenplu baten zutabe hautsiak antza badu ere, tenpluaren distira agerikoa da hondakin geratzen direnetan ere.

Hirugarren filosofoak esan zuen:

Zein pobrea eta zein aberatsa den gizona!

Zein zorigaiztoko eta zein aintzatsua den!

Zein izugarri konplexua den, eta zein harrigarriro sinplea!

Laugarren filosofoak esan zuen:

Gizakiak kaos, kontraesan eta indar kontrajarrien multzo bat dira. Egiaren gordailuak eta betiko jakinduriaren

zaindariak diren arren, zalantzez inguratuta daude eta haien ikuspegia nahasmenez lainotuta dago. Gainera, ezezagunaren etengabeko kezka dute. Unibertsoaren harrotasuna eta lotsa dira aldi berean.

Bosgarren filosofoak esan zuen:

Giza nahiek ez dute mugarik ezagutzen, eta ez dago aberastasun kopururik, zenbaterainokoa izan arren, ezin dituen horiek ase. Pertsona batek ez du egonkortasunik edo bake mentalik aurkituko bere helburua lortu arte, hau da, bere Sortzailearekin harmonian egotea eta bere bizitzako une guztietan Harekin hurbiltasunaz gozatzea.

Seigarren filosofoak esan zuen:

Pertsona bat ez da bere nahiengatik definitzen, baizik eta bere artean nobleena lortzeko egiten duen lan arduratsuagatik. Ez bere desio ugariengatik, baizik eta ona txarrarengandik bereiziz eta beretzat eta bere komunitatearentzat ona eta onuragarria dena lortuz.

Zazpigarren filosofoak esan zuen:

Gizakia Jainkoaren lurrean etengabe jaisten den ibai kosmikoaren gainazalean flotatzen ari den burbuila bat da. Burbuila batzuk besteak baino distiratsuagoak dira, baina azkenean denak lehertu eta kostalderik ez duen itsaso kosmikorantz beti doan ibaian urtuko dira.

Bakea izan bedi zurekin

Nire oparia zuretzat Urte Berrirako

Baduzu barruan lortu nahi duzun anbiziorik?

Gaur bizitza berriro hasteko aukera emango balizute, zer egingo zenuke?

Bizitzak aukera hau ematen dizu, eta denboraren zeramikazko ore moldagarria zure esku dago nahi duzun moduan moldatzeko.

Zailak diruditen lorpenak askotan logikoak eta errealistak izatetik gertuago daude. Ezin zenuela uste zenuena, hasi orain egiten! Utzi alde batera zeure buruari ezarritako ohituren mugak eta entzun zure barne-ahotsaren xuxurla.

Bizitzak sorpresa atseginak gordetzen ditu norberaren putzuan sakonki murgiltzen direnentzat

Ezin da helbururik lortu egun bakarrean. Garrantzitsua da orain hastera, ez bihar.

Jainkoaren bedeinkapenarekin hasi! Une magiko hau altxorrez betetako aukeren kobazulo baten giltza da.

Ireki zure sormenaren urtegia, beti eta betiko iturri infinituek elikatzen dutena, zeinen iturburua ez den inoiz agortzen eta zeinen hornidura ez den inoiz gutxitzen.

Gaitasunak erantzukizuna esan nahi du, eta talentu ezkutua bizitzak zure zaintzapean utzi duen hazi emankorra da. Ez utzi atzerapenaren lur antzuan ihartzen eta hiltzen.

Bizitzak eskatzen dizu zure soroan ereindakoa zintzotasunez biltzeko Behar dituzun tresna guztiak eskura dituzu Beraz, Jainkoak gidatu zaitzala, tresna horiek begi zorrotz batekin bereizi.

Ez lan egin lorpen-gogoarekin tindatutako ahalegin nekagarriarekin, baizik eta lasai, eroso eta pozik lan egin.

Ez duzu helburua nahiago hura lortzeko lan egiteko nahia baino gehiago

Gogo motibatu batekin eta maitasunak mugitutako
eskuekin, ehundu arrakastaren ereduak orainaldiko urrezko
hariekin.

Baina ahaleaginean huts egiten baduzu, ez sentitu
etsipena eta ez utzi frustrazioa zuregan sartzen.

Baina ulermenez aberatsa den bihotz batekin

Eta esku bizkorra, malgutasunez

Eta begi garbi bat ikusmen biziarekin

Berriro hasi eta fedea izan

Lorea haziaren bihotzean dago, baina haziak badaki
bere hasiera edo amaiera?

Baina ahal duen bero eta hezetasun gehien biltzen duen
heinean

Bere izatearen bihotza zabaltzen da lore bizia agerian
uzteko

Irribarre egin eguzkiari eta agurtu bizitzaren pozarekin
eta lorpenaren gozamenarekin

Eta hemen bizitzak deitzen zaitu, zurekin adiskidetasuna
egiten dizu, lanera animatzen zaitu

Entzun eta erantzungo diozu bere deiari?

Eta orain aurpegia argirantz biratzen duzu

Jainkoak bere argiarekin zure aurpegia argitu dezala

Egin itzazu zure ametsak egia urte berrian

Urte Berri On!

Ekialde-Mendebalde Aldizkaria

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

Nork esan du hori?

Irrika pizten zait bihotzean, baina ezkutatzen dut

Eta urrun banago, oroitzapenen bidez komunikatzen
naiz berarekin

Bihotzak taupadaka egiten du, eta irrikak agintzen du

Bertso hauek aurkitu nituen nire koaderno batean

Ez dut gogoratzen nork esan zuen, sarean bilatu dut nor
zen jakiteko.

Berari egotzi nahi nion, baina ezin izan nuen sarean ere
aurkitu.

Nire arreta piztu zuen barruan zuen benetakoa
maitasunagatik

Eta irrika jakin bat eta leialtasun argi bat

Sentimendu sakon batek piztu behar izan zuen gure
poetaren bihotza

Bere argiak bere arimaren sakonean argitu zuen

Bere korrontea leunki eta kulunkari zihoan

Bere arimaren bide sentikorretan

Astindu egin zuen, poztu egin zuen eta tristetu egin
zuen

Orduan, areagotu egin zen eta emozio finduen jario
garbi eta garbi bat isuri zuen isurian.

Eta belardiko haizeak bezain hitz delikatu bihurtu zen

Eta sentimenduen sakontasuna hunkitzen duen kantu
melodiatsu eta etereo bat

Hemen pentsamendu biziki fokatuena kolore liluragarriak
ikusten ditugu

Eta zuzi distiratsuak ikusten ditugu bere izate extatiko
eta irrikatsuan

Ez dugu berarekin batera atsekabe mingots bat
dastatzen utzi behar

Hala ere, badirudi atsekabe hori gozatzen duela

Bere sentimenduen funtsatik ospatu eta landu zuena

Eta hemen ari gara gure poeta ezezagunaren
esperientziaz hitz egiten

Bere bertsoek gure arreta piztu zuten, bertan jartzen
zituelako

Bere bihotzetik, funtsa

Eta bere hitzetan bere arrastoa utzi zuen

Bihotzak beti maitasunez beteta eta leialtasunez
taupadaka egon daitezela

Bakea izan bedi zurekin

Seme baten eta bere aitaren arteko elkarriketa

Semeak aitari galdetu zion: "Irribarre bat ikusten dut
zure begietan, aita, zein da haren sekretua?"

Hark erantzun zuen: Oso lasai sentitzen naizelako

Esan zuen: Hitz egin! Zer gertatzen ari da zehazki?

Hark erantzun zuen: Bake sentrazio bat sartzen zait bihotzean, eta irribarre bat islatzen da nire begietan aurpegian agertu aurretik.

Esan zuen: Hori al da dena?

Hark erantzun zuen: Oroitzapenak esnatzen dira

Galdetu zuen: Zer nolako oroitzapenak dira horiek?

Hark erantzun zuen: Gozoa da eta zelulak estimulatzeko ditut.

Esan zuen: Nola gertatzen da hori?

Hark erantzun zuen: Pentsamendua, seme, elektrizitatea bezalako indarra da, eta egoera psikologikoak pentsamenduaren eta pentsatzeko moduaren ondorio dira.

Esan zuen: Zer esan nahi duzu "elektrizitatea bezalako indarra" esaten duzunean?

Hark erantzun zuen: Elektrizitatea onuragarria eta kaltegarria da aldi berean. Ondo erabiltzen duenak baliagarria izango da, bestela elektrokutatu egin dezake.

Esan zuen: Zein da konparazioaren oinarria?

Hark erantzun zuen: Pentsamenduak ere, bide egokietan zuzentzen baduzu, zoriontsu egingo zaitu, bestela miseria ekarriko dizu.

Esan zuen: Nola gidatu dezaket zaldi basati bat bezalakoa bada?

Hark erantzun zuen: Hau ez da ezinezkoa, zaldien izaerarekin esperientzia hartzen baduzu, haien kudeaketa hobetuko duzu, basatiak eta errebeldeak izan arren.

Esan zuen: Esaten dute laguna dela pertsona bati hurbilenetako bat, egia al da hori?

Hark erantzun zuen: Noski

Esan zuen: Beraz, pentsamendua laguna da gizakiarengandik oso gertu dagoelako.

Hark erantzun zuen: Bai eta ez

Esan zuen: Nola da hori?

Hark erantzun zuen: Pentsamendu ona lagun mina da, eta pentsamendu txarra etsai etengabea.

Esan zuen: Nola da hori?

Hark erantzun zuen: Pentsamendu onak bakea eta segurtasuna erakartzen ditu, eta pentsamendu osasungaitzak, berriz, jabearengan bikoiztu egiten diren gezi hilgarriak jaurtitzen ditu – Jainkoak biderkatu ditzala zure egintza onak –, eta horregatik esaten da saria ekintzaren mota berekoa dela.

Esan zuen: Eta nola saihestu daiteke hori?

Hark erantzun zuen: Besteentzat ona nahi duzun bitartean eta Jainkoari laguntza eta gidaritza eskatzen diozun bitartean, zure pentsamenduak arimaren ganberak argitzen eta iluntasun pilak uxatzen dituzten zuzi bihurtuko dira.

Esan zuen: Eta zer gertatuko da orduan?

Hark erantzun zuen: Orduan erosotasun sakona sentituko duzu eta zure begiek irribarre egingo dute!

Zuen begietako eta aurpegietako irribarreak betiko iraun dezatela, lagunok.

Bakea izan bedi zurekin

Ongi etorri gonbidatua

Gonbidatu jator hau

Begiak ezin du ikusi, baina bihotzak sentitzen du

Nahasmena uxatzen duen poza edo erliebea bezala

Eta bihotz hautsiak kontsolatzen ditu

Egoera kritikoei behar bezala aurre egiteko ulermena ematen du

Gonbidatu horren sentimendua atea ireki eta sartzeko gonbidatzearekin lotuta dago.

Gonbidapena zintzoa izan behar da eta jasotzeko benetako nahitik sortu behar da.

Desira sendo batekin bat datorren irrika bat dauka

"Qassad" edo mendiko abeslariak sentitu zuena grinaz ahoskatu zuenean:

(Bisita batekin ohoratu ninduen eta tradizioarekin hautsi zuen, nire bihotzak barrutik ireki dizkizu ateak)

Benetako poza ez da gogoaren edo irudimenaren produktua

Elementu garden eta etereoak da, iturri batekin

Bere kabuz berritzen den iturri hori ez dago agortzeko arriskuan

Ez dago inor gutxienez dosi txiki bat dastatu ez duenik

Sentitzen den maila onarpenaren indarraren eta ulermen gaitasunaren araberakoa da.

Izaki guztiek ezin kontsumitu dezaketen itsasoa da

Bere iturria ez dagoelako finitudearen menpe, baizik eta absolutuari eta infinituari lotuta dagoelako.

Eskuzabaltasuna eta jende eskuzabala horrekin alderatu zituzten

Honek poeta batzuei jarraitzen zien gizon pobre haren istorioa ekartzen dit gogora.

Egiptoko kalifagana zihoazen, eta honek opariak emateko deitu zituen. Gizon pobreak ontzi bat zeraman berarekin. Kalifaren jauregia sartu eta haren aurrean jarri bezain laster, opari eskuzabalak banatzen hasi zitzairen. Gero, arropa zarpailduak zeramatzan gizon behartsuari begiratu eta galdetu zion:

Eta zerk ekarri zaitu guregana, eta zer behar duzu guregan?

Hark erantzun zuen:

Jendea bere gauzak biltzen ikusi nuenean

Zure itsaso gainezka horretara etorri nintzen nire ontziarekin

Kalifak esan zuen: Bete ontzia urre eta zilarrez

Kalifa hura ez zen ozeano bat eskuzabaltasun unibertsalaren ozeanoarekin alderatuta, baizik eta tanta bat.

Poesia-bertso bakar batek bere eskuzabaltasuna piztu eta hainbeste hunkitu bazuen, eta gizaki bat besterik ez bada, orduan, zalantzarik gabe, eskuzabaltasunaren iturriari eta jainkozko oparotasunaren itsasoari egindako edozein dei zintzo onartu eta beteko da, eta emanaldia errepikatuko da gogobetetasuna lortu arte.

{Eta zure Jaunak emango dizu, eta asetuko zara}

{Eta Allahren mesedeak zenbatuko bazenitu, ezin
izango zenituzke zenbatu}

Jainkoak poztu ditzala zuen bihotzak

Bakea izan bedi zurekin

Armiarma isila eta pazientziatsua

Nire lagun maiteak, Fahmi Al-Mashaykhi irakasle bikainak, "Auto-lidergoa" programaren aurkezleak, Walt Whitman poeta estatubatuar handiaren poema batzuk itzultzeko eskatu zidan. Bere eskaera atseginari errespetuz, poema hau aukeratu dut eta itzulpen hau berari eta literatura finduaren eta inspirazio sublimearen maitale guztiei eskaini nahi diet.

Hondartzako harkaitzean, koska txiki irten batekin

Armiarma bakarrik zegoen tokian

Markagailu bat jarri nuen bere kokapena markatzeko

Marka horren helburua

Aurkitzeko metodoa jakitea

Bere ingurune zabala espazioaren hutsune zabalaren
erdian

Ondoren, beregandik alanbre mehe bat askatu zuen,
ondoren beste alanbre bat, eta gero beste bat

Harrigarritzko abiaduran jarraitu zuen hari-bobina
askatzen

Nekea sentitu gabe.

Eta zu, nire arima, amildegi amaigabe batek inguratuta
zaudena

Espazio zabal, mugagabe eta amaigabe batetik

Eta etenik gabe murgilduta zaude pentsamenduan eta
ikuspegian

Abenturetan murgiltzen ikusten zaitut

Ideiak eta energiak askatzen dituzu

Munduak eta zeruko gorputzak bilatzen ari zara

Lotura sendo batez lotatuta egon zaitezke berarekin

Behar duzun zubia eraiki ahal izateko

Zure itsasontzia aingurarekin lotuta dago

Zuregandik askatzen duzun hari mehea arte

Zerbait eustetik.

nonbait

Ai, nire arima!

Walt Whitman

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

konstelazio

Formazio bikainak dituen izar multzo bat da

Astronomikoki hainbat izenez ezagutzen da, hala nola,
Mamuaren Burua.

Hegan dabilen arranoa, erortzen ari den arranoa eta
Betelgeuse

Hennaz tindatutako palmondoa eta Yemengo izarra

Balearen ahoa, gizon ahaltsua eta beste batzuk
Konstelazioa arreta erakartzen du
Agian Lurretik duen distantziagatik
Agian inguratzen dituen sekretu eta misterioengatik
Agian bere betiko isiltasunagatik
Bere distira arraroa
Eta agian
Lurretik begirada altxatzera behartzen duelako
Aspira dezala goragoko eta gozoagoko zerbaitetara!
"Konstelazio" hitza bere gozotasuna gogorarazten duen
hitz ederra da
Fenomeno astronomiko horretatik
Presentzia distiratsu eta edertasun distiratsu batekin
Eta horrela zarete, lagunok
Izar distiratsuen konstelazio bat
Nire bizitzako zeruan
Agurrak zuri, zauden lekuan zaudela ere
Eta maitasuna sakonetik horizonteraino
Mugimendua bedeinkapena edo hondamendia izan
daiteke
"Suntsiketa" hitza gehitu nion esaera zahar ezagunari,
ekintza guztiak ez direla bedeinkatuak iruditzen zitzaidalako,
eta batzuek ez dituztela bedeinkatuak bakarrik sortzen,
baizik eta maila batean baino gehiagotan eragin
suntsitzailea ere badutela.

Giza mugimendua ez da berez sortzen, loaldian edo somnambulismoan gerta daitezkeen mugimendu batzuk izan ezik, inkontzienteak gidatuta. Bestela, helburu zehatz bat lortzeko asmoak eta borondateak bultzatzen dute.

Mugimendu hau berez neutrala da, giza sistema motorraren aginduei erantzunez funtzionatzen duen tresna inkontziente bat besterik ez baita, eta honek, aldi berean, adimenaren aginduak jasotzen eta exekutatzen ditu.

Mugimendua beste batzuei laguntzeko erabiltzen denean

Eta arin itzazu beren zamatik

Baldintzak hobetzeko tresna sentzorialak erabiltzea

Bai maila materialean bai moralean

Eta arimek erosotasuna ekarriko liekeen guztia ekarri

Eta bakea bihotzetan

Bizitzeko beharrezkoak diren gauzak eskaintzen ditu, ez nahitaez luxuak

Jainkoaren, aingeruen eta profeten bedeinkapena da

Baina mugimendua mina eragiteko erabiltzen bada

Eta kaltea eta bihotz-haustura

Besteen gaitasun intelektualak edo materialak ustiatzea

Bere baimenik edo baimenarik gabe

Emaitza ez da bedeinkapena izango

Eta orduan esan dezakegu

"Mugimenduak suntsipenera eramaten du"

Zorionekoa da bere ekintzak ongiaren eta bere Sortzailearen atseginaren mesedetan erabiltzen dituen:

Beraz, haien Jaunak erantzun zien: «Ez dut inoiz utziko zuen artean langile baten lana galtzea, gizonezkoa edo emakumezkoa izan» (Al Imran)

Eta hadith noblean:

«Hiru gauza jarraitzen diote hildakoari; bi itzultzen dira, eta bat berarekin geratzen da. Bere familia, bere ondasunak eta bere egintzak jarraitzen diote; bere familia eta bere ondasunak itzultzen dira, eta bere egintzak geratzen dira».

Imam Ali, Jainkoak bere aurpegia ohora dezala, bere ezagutzaren biltegitik jakinduria partekatzen digu, esanez:

(*Bi lan motaren artean alde handia dago* : plazerra iragankorra baina ondorioak irauten duten lana, eta gastuak joan baina saria irauten duen lana)

Jainkoak onar ditzala gure egintza onak, lagunok

Jainkoaren bakea, errukia eta bedeinkazioak zurekin izan daitezela

Taberna eta hondamendiaren etxea

Esan zuen: kezkatzen nauen gai bat dago eta azalpen bat nahi dut.

Hark erantzun zuen: Zer da?

Esan zuen: Bide okerretan dabiltzan pertsonak ikusten ditut, "dotoreak" eta parrandazaleak, eta arrakastarik lortzen ez duten pertsona onak.

Hark erantzun zuen: Jendeak askotan huts egiten du justuak eta gaiztoak epaitzean, itxuraren arabera epaitzen

baitute, ez baitira gai besteen bihotzetan sartzeko pertsona bakoitzaren benetako izaera ezagutzeko eta haien asmo eta ekintza ezkutuen jakitean egoteko. Baina Jainkoa da asmoen aztertzailea eta sekretuen agerian uzten duena; berak bakarrik epaitzen du eta bereizten du ongia gaizkitik. Beraz, ez da zaila jendeak gaiztotzat jotzen duen norbait justua izatea, eta justutzat jotzen duten norbait gaiztoa izatea.

Esan zuen: Badago gai hauetan bereizketa zuzena egiteko modurik?

Hark erantzun zuen: Zoriontasuna eta miseria epaitzerakoan, zuzen jokatzeko ez badugu, pertsona zoriontsua aberastasunaz eta oparotasunaz gozatzen duena, prestigioa lortzen duena, jendearen errespetua jasotzen duena eta bizitzako plazer eta gozamenetan murgiltzen dena dela suposatzen dugu. Ez dugu kontuan hartzen beren bekatuen, gaiztakerien eta besteekiko injustiziaren ondorioz bizi dezaketen barne-nahasmendua. Barne-zorigabekeria eta sendaezintasun honek haien bizitza mingotsa eta begiak urduri bihur ditzake, beren desira lizunen eta berekoikeria suntsitzailearen ondorioz. Gainera, hondamendi suntsitzaileek eta zorigaitz izugarriek jota egon daitezke, benetan inbidiarik gabekoak direnak.

Esan zuen: Eta non dago justuen zoriona?

Hark erantzun zuen: Lehenik eta behin, pertsona zuzenak ez du lurreko ondasunen atzetik presarik egiten. Pozik dago bere poztasun sentimenduekin, jendearekiko duen tratu zuzenarekin, bere kontzientziaren bakearekin eta barnetik sortzen den eta beti berritzen den poz espiritualarekin, batez ere Jainkoak beste bizitzan sarituko duela eta suntsipenaren egoitzan galdu zuenaren ordeztasun betiko argia emango diola pentsatzen duenean.

Esan zuen: Zergatik sufritzen eta zailtasunak izaten dituzte justuek, edo horietako batzuek, mundu honetan?

Hark erantzun zuen: Jainkoak batzuetan bere maiteak hainbat min eta sufrimendu motarekin probatzen ditu, ez zigor gisa, baizik eta urrearen antzera proben suan fintzeko. Jasaten dituzten atsekabeek indartzen dituzte, haien duintasun morala agerian uzten dute eta Jaunarekiko eta jendearekiko duten maitasuna garbi, argi eta sendo bihurtzen dute.

Jainkoak mundu honetako jende zuzen eta onaren kopurua handitu dezala

Bakea zuekin, lagunok.

Perla Antolatua.

Printzipioak ez sakrifikatu besteak atsegin emateko

Esan zuen: Entzun dut besteekin ondo moldatzea desiragarria dela, ba al dago salbuespenik?

Hark erantzun zuen: Besteekin ados egoteak ez du esan nahi haiekin guztiarekin ados egotea, ezta zure printzipioak haiengatik sakrifikatzea ere, adostasun mota hau ez baita desiragarria eta ez datorrelako bat zuzen denarekin.

Esan zuen: Ados jartzea baino nahiago duzu konfrontazioa?

Hark erantzun zuen: Ez dago horretarako beharrik. Arazorik edo desordenarik sortu gabe ondo molda zaitezke haiekin. Erreformatzaileek eta pertsonaia handiek ez zuten ondo moldatzen inguruko jende askorekin, baina hala ere, beren idealak mantendu zituzten, egiten ari zirena guztiz zuzena zela bazekitelako.

Esan zuen: Zer iruditzen zaizu batzuetan idealak egoerari egokitzeko makurtzeaz?

Hark erantzun zuen: Ez da printzipioetan amore eman behar, ezta helburu bat lortzeko ezkutuko motiboetara jo behar ere, printzipioak mantentzen dituztenentzat desegokia baita horrelako jokabidea. Jainkoa atsegin duen eta besteak kaltetu gabe bizi bazara, orduan ez duzu ezer beldurtzeko.

Esan zuen: Zer esan nahi du besteekin ondo moldatzeak, azken finean?

Hark erantzun zuen: Lehenik eta behin Jainkoarekin harmonian egotea da, gero zure kontzientziarekin, eta gero jendearekin.

Esan zuen: Zer gertatzen da nire ikuspegiak besteak asetzen ez baditu?

Hark erantzun zuen: Nahikoa da zure baitan bakean egotea eta barne-lasaitasun sentrazioa sentitzea, besteen onespentik independente egiten zaituena, betiere onespent hori ez badator bat zure erabakietan sinesten duzunarekin.

Esan zuen: Aholkatzen al didazu besteei beren bizimodu okerra aldatzeko eskatzea?

Hark erantzun zuen: Ez dago jendea zure ikuspuntu zuzena onartzera behartu beharrik. Zure ikuspegia hartu nahi ez badute, utzi bakean eta onena opa diezaiezu. Iruzkina mingarri eta mingarriekin gogaitzen bazaituzte, ondo dago haiengandik urruntzea, behintzat aldi baterako. Baina egon beti prest zure ulermenaren eta esperientziaren haiekin partekatzeko. Eta ezagutza aberatsa baduzu, eskaini egarri direnei, plazerrez eta asebetez edan dezaten, Jainko Ahalguztidunaren graziaz, eta zure saria Harekin izango da.

Bakea izan bedi zurekin

Egunak errudun jotzen ikusten zaitut
Ia ikus zaitzaketa, lagun maitea
Zure begiak gozaraziko dituen oasi baten irrika duzu
Eta zure bihotz nekatua bere basoetan elikatuko duen
atseden batera
Urrutiko horizonte isila begira ikusten zaitut
Tristuraren eta kez karen sakonetik ihes egiten saiatzen
Zeru garbi batera.
Zure arima gardenarentzat egokiagoa
Eta gaiago naiz zure arima sutsuaren irrikak edukitzeko
Eta irudimenaren begietatik, egunak errudun jotzen
ikusten zaitut
Zorte onaren planeta aspalditik itxarotenari buruz
galdetu zuen
Zure baitan sakonean pizten den irrika bat entzun
dezaket bezala da
Bere kanpaien oihartzunak entzuten ditut arimaren
eterren bidez
Zure irriken itsasontzia ikusi nuen urruneko kostaldean
ainguratuta
Oroitzapenen kaioak haren inguruan dabilta hegan
Eta planetek begirada atsegin batekin begiratzen diote

Zure irrika sumatzen dut, lagun maitea, irrikatzen duzun
atsedenaldi baterako.

Hodeien artetik zulatzea izan daiteke

Eta izeneko mundu batean sartzen da

Esanahi samurrez eta desio gozoz beteta dago

Bizitzak zure nahiak bete ditu

Eta bakardadearen desolazioa zure arima delikatutik
uxatu da

Eta probarik ederrenekin aberastu zuen

Eta ikuspegi gozoenak

Bakea izan bedi zurekin, lagun!

Mahmoud Abbas Masoud

Erosketaren filosofia eta azeriaren eta belearen istorioa

-

Galdetu zuen, esanez: Ba al dago nire bizitzan har
dezakedan erosketa filosofiarik?

Hark erantzun zuen: Batzuek behar ez dituzten gauzak
erosteko mendekotasuna dute, eta, beraz, dirua xahutzen
dute beharrezkoak ez diren luxuetan.

Esan zuen: Zein da zure aholkua?

Hark erantzun zuen: Kontuz ibili eta jakintsu ibili
erosketak egiterakoan. Dirua baduzu, aurreztu eta ez egin
kasurik behar ez dituzun gauzak erostera animatzen
zaituzten iragarkiei, gogor irabazitako dirua berrikuntza
berrietarako edo "irabazi bermatuko" inbertsioetarako
emateko. Norbaitek hitz gozoezin eta eskaintza

erakargarriekin konbentzitzen saiatzen zarenean, gogoratu azeriaren eta belearen istorioa.

Esan zuen: "Errepikatuko al zenidake, mesedez?"

Hark erantzun zuen: Bazen behin, bele batek gazta zati bat zeraman mokoan, azeri baten listua gainean erori zitzaionean, eta berarentzat gutiziatu zuen. Maltzurkeria eta engainuaren maisua izanik, azeriak beleari esan zion: "Nahi nuke doinu bat abestuko bazenit, Bele jauna, entzun baitut zure ahotsa melodikoa dela eta gozotasunagatik ezaguna". Belek, konplimenduarekin lausengatuta, mokoia ireki zuen abesteko, baina hala egin bezain laster, gazta zatia ahotik irrist egin eta lurrera erori zitzaion. Azeriak azkar hartu eta zoriondu egin zuen bere burua bere sari errazagatik. Beraz, kontuz ibili psikologikoki eragiten saiatzen direnekin, zerbait nahi baitute zugandik. Eta ez utzi inork zu ustiatzen lausengatuz edo lausenguatuz, zure arrakastarako eta benetako zoriontasunerako beharrezkoa ez den zerbait desira dezazun.

Esan zuen: Ba al dago autosufiziente izateko modurik?

Hark erantzun zuen: Sinplifikatu zure bizitza, gehiegizko ondasunen menpe ez egoteko. Automatikoki eta etengabeko desioak asebetetzea uxatzen du eta zorigaiztoa eta miseria sortzen ditu. Zure bizitza gauza gehiegirekin konplikatzen baduzu, ezingo duzu horietako batekin ere gozatu. Baina zure bizitza arretaz aztertzen baduzu, zure luxuak murrizteko modu asko aurkituko dituzu, gabezia sentitu gabe.

Esan zuen: Zer iritzi duzu kuotetan erosteari buruz?

Hark erantzun zuen: Lehenik eta behin, aurreztu behar duzuna eta erosi behar duzuna eskudirutan, kuoten, interes-tasa altuen eta buruko minen arazorik gabe. Noski,

onuragarria da bizibidea irabazteko ondasunak saldu nahi dituztenekin aritzea, baina ez utzi zeure buruari zure baliabideen gainetik bizitzen, hala egiten baduzu, dena galduko duzulako, Jainkoak ez dezala utzi, krisi larri bati edo bidean bira zorrotz bati aurre egiten diozunean, eta "tentaldi-amua" zain izango duzu.

Galdetu zuen: Zein da zure definizioa aurreztearen inguruan?

Hark erantzun zuen: Aurreztea arte bat da eta sakrifizioa eskatzen du. Baina erosketetan aurrezten baduzu eta modu xumean bizi bazara, diru-sarrerara batzuk aurreztu ahal izango dituzu aldizka, eta gogoratu esaera zaharra: "Tantaz tanta, erreka urmael bihurtzen da", Ahalguztidunaren laguntzarekin.

Jainkoak bere grazia ugariz aberas zaitzatela, lagunok

Bakea izan bedi zurekin

Auto-hausnarketa eta arrakasta

Esan zuen: Egia al da pertsona batek bere buruari galderak egitea auto-introspekzio prozesu moduko bat dela?

Hark erantzun zuen: Hori da

Esan zuen: Introspekzio hori aplikatu nahi banu, zer aholkatuko zenidake neure buruari galdetzea?

Hark erantzun zuen: Galdetu zeure buruari zure bizitzaren helburuaz. Izakirik eboluzionatuena zara, eta Jainkoak zure baitan jarri du arima noble bat, zure esentzia dena.

Esan zuen: Zer aldatuko da egitate hau konturatzen banaiz?

Hark erantzun zuen: Arrakasta mugagabea lortuko duzu, zoriontasun pozgarria dastatuko duzu, zure desio noble guztiak beteko dira, zure zailtasun guztiak gaindituko dituzu, eta munduak ezingo zaitu bere tranpekin harrapatu edo bere ilusioekin engainatu.

Esan zuen: Baina bizitza arazoz beteta dago eta gertaera mingarritz gainezka.

Hark erantzun zuen: Bai, giza bizitza arazoekin etengabeko eta irekitako konfrontazioa da, eta bakoitzak bere arazoak ditu. Milaka milioi pertsona eta milaka milioi arazo daude egunero aurre egin behar zaienak. Batzuek bihotzeko arazoak dituzte, beste batzuek katarroaz kexatzen dira, beste batzuek diruz gainezka daude, beste batzuek guztiz aurka egiten diote pobreziari, eta beste batzuek ez dute pentsatzen eta, beraz, arazoez gutxiago jabetzen dira, sabela beteta duten bitartean mundua perfektua baita haientzat. Baina nor dira bizitzako benetako pertsona zoriontsuak, eta nor dira arrakastatsuak?

Esan zuen: Hasteko, zein da arrakastarako estandarra?

Hark erantzun zuen: Zoriontasuna da arrakastaren benetako neurria, lanpostua edo gizarte-maila edozein dela ere. Arrakastaren kontzeptu nagusia aberastasuna, lagunak eta ondasun eder eta luxuzkoen jabetzea da; batzuek luxuzko bizitza deitzen dutena. Baina lorpen materialek ez dute zertan benetako arrakasta izan.

Galdetu zuen: Zein da arrazoia?

Honek erantzun zuen: Gauzak eta egoerak alda daitezkeelako. Gaur egun pertsona batek gauzak izan ditzake, eta bihar desagertu. Beraz, ez pentsa milioidun bihurtzeak arrakasta bermatzen duenik. Pertsona batek nekaezin ahalegindu eta lan egin dezake bere arloan

arrakastaren sariak jasotzeko, baina harrituta geratu daiteke bere bizitzak oreka falta duela eta egin nahi dituen gauzez gozatzeko askatasunik ez duela ikustean. Horren ordez, kezkak pilatu egin daitezke, eta estresatu eta asaldatu egin daitezke, osasuna okerrera egin eta depresioaren biktima izan arte. Horrela, arrakasta ilusorioa lurruntzen da, eta bizitza alferrik galdu dutela eta amets guztiak desagertu direla sentitzen dute.

Esan zuen: Osasunak arrakasta esan nahi al du?

Hark erantzun zuen: Pertsona batek gorputz sendoa izan dezake (zaldi bat bezala), baina ez du nahikoa aberastasun bere burua mantentzeko, eta, beraz, bizitzarako beharrezkoak eta oinarrizko gauzak ez izateagatik haserrea eta mingostasuna senti ditzake. Edo osasuna eta aberastasuna izan ditzake, baina asebetetzerik ez. Gorputza elikatzeak eta banitatea asetzeak ez du arima leuna baretzen. Eta dena izan dezake, eta hala ere, guztiz pobretuta sentitu.

Esan zuen: Eta ondorioa?

Hark erantzun zuen: Bihotzean zoriontasuna ez badu pertsona batek ezin du arrakastatsutzat jo.

Esan zuen: Gehiago ba al dago?

Hark erantzun zuen: Nahikoa da gaurkoz. Jainkoak handitu dezala zure ezagutza eta zoriontsu egin zaitzala bi munduetan.

Bakea izan bedi zurekin

Besteen atsekabeak.

Zilegi al zait beste pertsonen malkoak ikustea?

Triste sentitu gabe ere?

Eta senti al dezaket haiek jasaten ari diren atsekabea?

Murritzten saiatu gabe?

Malko bat erortzen ikusteko gaitasuna al dut?

Jabearekin sentimendua partekatu gabe?

Entzun al dezake aitag bere semearen negarrez?

Harekin sinpatiarik izan gabe?

Entzun al ditzake amak bere haurraren intziriak?

Eta jazartzen duen beldur sentimendua

Kalterik jasan gabe?

Ez Ez Hau ezinezkoa da!

Inoiz ez, inoiz ez da hori ezinezkoa!

Ez pentsa Jainkoak ez dakiela

Arnasa sakon baten inguruan hasperen egiten dugu

Ez pentsa malko bakar bat ere isuri dugunik

Gure Sortzaileak ikusi gabe

Jainkoak poza ematen digu

Agian horrela eginez gero, gure miseria amaituko da

Bere erruki eta samurtasunarekin laguntzen digu

Gure miseria desagertu arte

Gure atsekabeak desagertuko dira

Faro espiritualak

www.swaidayogacom

Erakutsiezadazu zure mezua, Jauna, nire bihotzeko orrialdeetan argizko letrekin idatzita, eta entzun ditzala zure xuxurlak nire kontzientziaren tenpluan, eta bete nire gogoaren ontzia zure ezagutzaz, zure errukiaz eta zure .bakeaz

Lana ezinbestekoa da eta giza asmamenaren eta sormenaren motibazio indartsua da. Hala ere, lanaren helburua aberastasuna metatzea besterik ez bada, bere balioa eta garrantzia galtzen ditu. Lana batez ere zerbitzuari eskaini behar zaio, eta saltzen den produktua kalitate .handikoa eta besteentzat onuragarria izan behar da

* * *

Jainkoak argia, bizitza, indarra, jakinduria, adimena eta zoriontasun espiritualak ematen dizkit. Jainkozko maitasunaren ozeanoan murgilduko naiz kontenplazioaren zoriontasunaren bidez. Eta jainkozko presentzia ekarriko dut .nire gogoan bizitzako dilemak konpontzeko (2)

Jauna, maitasun kandela mehearen argitan, irakurriko dut betikotasunetik nire baitan egon den zure urrezko liburua. Zure maitasuna, Jauna, nire iluntasuna uxatzen eta nire bidea argitzen duen bakearen argia da (2)

* * *

Bake espiritualaren uholde izugarriak arimatik pilatutako
beldurrak eta kezkak uxatzen ditu
Jainkoa bilatuko dut nire arimaren bakardadean eta
sakon otoitz egingo dut nire bihotza haren maitasunez
.taupaka hasi eta haren erantzuna jaso arte
Jauna, eskatzen dizut nire arimaren argia zure argi
kosmikoarekin nahasteko. Jakinarazi iezadazu zure
jakinduriak nire gogoa argitzen duela, zure indarrak eusten
.nauela eta nire zainetatik dabilela

* * *

Fedearen indarraz beteko dut nire gogoa eta ezerk ezin
didala kalterik egin sinetsiko dut, beti jainkozko babesaz
.inguratuta nagoelako
Jauna, utzi nire irrika txingarrak beti zure presentzia
bedeinkatuarekin piztuta. Zure jakinduriak gidatu nazala eta
.zure presentzia izan dadila nire bizitzako poz handiena

* * *

Benetako zientzialaria ezaugarri bikain batek bereizten
du: adimen irekia eta ikuspegi zabala. Informazio sinple eta
oinarrizkoarekin hasten da, pixkanaka naturaren legeak eta
haien funtzionamendua agerian utziz. Ondoren, bere
ikerketaren emaitzak munduari aurkezten dizkio, beti prest
gauzen izaera eta funtsa aztertzen jarraitzeko. Zientzialari
hauen ahaleginei esker, naturaren legeak aurkitu dira, eta
horiek gizateriak gozatzen dituen onurak biderkatu dituzte.
Pixkanaka, lege horiek modu anitz eta zabalean aplikatzen
ikasten dugu, eguneroko bizitzan erabiltzen ditugun
.erosotasunetan ikusten den bezala

* * *

Jainkoak ematen duen zoriontasuna ez da lurreko
zoriontasunik parekorik. Poztasun espirituala amaigabea da,
eta beste guztia lausotu eta desagertzen denean, poz hori
konstante mantentzen da. Poztasun hori lortu nahi duenak
denbora eskaini behar dio kontenplazioari, Jainkoarengan

hausnarketari eta Harekin bat etortzeari, Jainkoarekin bat
.etortze espiritualak benetako zoriontasuna ematen baitu

Urte Berriko Lorategia

Joan den urteko oihartzunak, bere atsekabe eta
barreekin, desagertu egin dira eta orain Urte Berriko
ereserkiaren oihartzuna animoz abesten ari da, itxaropena
:iragarritz eta xuxurlatuz

Berriro moldatu zure bizitza modu ezin hobean, utzi"
"beldur zaharren belar txarrak
Iraganeko lorategi abandonatutik, bildu eta gorde
pozaren, lorpenen, itxaropenen, pentsamendu eta ekintza
onen eta asmo nobleen haziak bakarrik. Egun berri
bakoitzeko lur freskoan, erein hazi ahaltsu horiek, ureztatu
eta zaindu hazi arte eta zure bizitza loratzearen bertute
.arraroekin loratu arte

:Urte berriak xuxurlatzen du

Esnatu ohituren gatibu dagoen espiritua eta bultzatu"
ahalegin berri eta onuragarrietara. Ez utzi inoiz saiatzera eta
ez hartu atsedeen betiko askatasuna lortu eta karma
(iraganeko ekintzen ondorioen etengabeko jazarpena eta
".jarraitzea) gainditu arte

Gogo freskatuarekin eta etengabe berritzen ari den
pozarekin mozkortuta, poztu gaitezen elkarrekin eta eskutik
helduta joan gaitezen inoiz gehiago irtengo ez garen zeruko
.etxerantz

* * *

Jainkoa gogoratzen baduzu eta zure bizitzaren erdigune
bihurtzen baduzu, eta sutsuki eta sakonki otoitz egiten
badiozu, ziur erantzuna jasoko duzu berarengandik, otoitz
sutsu eta zintzoek Jainkoaren bihotza ukitzen baitute RE-123

Jakinduriaren eta inspirazioaren iturri distiratsua da,
bihotz maitekor eta jatorrak dituzten lorategietatik datorren
usain lurrintsua, zeruko arrosen eta loratzen diren
pentsamenduen usaina, gure maitasuna inspiratzen duen
.eta gure bihotzetan zehar isurtzen den maitasuna

* * *

Zure lagunik onena zure burua nola hobetu dezakezun
apalki iradokitzen dizuna da, etengabe lausengu eta
isekatzailez inguratzeak zure hazkunde espirituala
oztopatzen baitu. Egiazki hitz egiten dutenen eta ahalik eta
modurik onenean laguntzen digutenen konpainia maite izan
.behar dugu

* * *

Gurasoek askotan seme-alaben akatsak alde batera
uzten dituzte eta ez ikusiarena egitea aukeratzen dute.
Seme-alaben akatsak ikusten ez badituzte, zalantzarik gabe,
zerbait gaizki dago haien maitasunean. Gurasoek
baldintzarik gabeko maitasuna ikasi behar dute seme-alaben
akatsak ikusteko eta zuzentzen eta bide onetik joaten
.laguntzeko

* * *

Denbora guztian zoriontsu izan nahi baduzu, ez utzi
zeure buruari konplaziente edo alfer izaten, eta ez egin
kasurik zure zoriontasunaren bidean dauden oztopo
materialei. Egin ahal duzun guztia oztopo horiek gainditzeko
eta egin behar dituzun zeregin guztiak bihotz borondate
.onarekin eta gogo fokatuarekin burutzeko

* * *

Jauna, begira diezaiozun bertuteari beldurrez eta izuarik
gabe, maitasunez eta errespetuz baizik. Uler dezagun zure
lege moralak betetzeak zure graziaren erramuekin koroatuko
gaituela. Pietatearen aginduak agindu dituzu gure
zoriontasuna zaintzeko. Utzi ditzagun bekatuaren bideak,
beti mina eta sufrimendua dakartenak, eta aitortu dezagun
bertutea askoz liluragarriagoa dela bizioa baino. Lagundu
iezaguzu ulertzen hasieran atsegina eta gozagarria dirudien
gaizkia pixkanaka pozoi hilgarri bihurtzen dela, eta hasieran
!mingotsa den ongia azkenean nektar gozo bihurtzen dela

* * *

Kezkak alferrikakoak dira; bihotza kezka gehiagorekin
zamatzen dute Eguneroko zereginak amaitutakoan, saihestu
horietan pentsatzea edo etxera eramatea Kezkak hodei ilun
eta lainotsu geruza lodi bat sortzen dute zure gogoaren
inguruan, bidea argi eta erraz ikusteko gaitasuna oztopatzen
dizute Jainkoarengan gero eta gehiago fidatzen ikasi behar
dugu

Bizitza zerbitzuan zentratu behar da, ideal humano hori
gabe, Jainkoak gizateriari eman dion kontzientziak ez baitu
bere potentzial osoa lortuko. Besteei zerbitzatzen diegunean
eta gure ego txikiak ahazten ditugunean, jainkozko
.presentzia sentituko dugu

* * *

Mundu honetan ongiak gaizkia gaintitzen du, Jainkoa
baita botere gorena. Baina gaizkia gertatzen zaigunean,
askotan ezintasun sentitzen dugu hura kontrolatzeko edo
gaintitzeko. Gaizkiaren ekaitzak saihestezinak dira, baina
.haien ondorioak gaintitu eta haien gainetik altxa gaitezke

Dizipuluak jainkozko maitasunaren gozotasuna
dastatzen duenean, estasiaren uhin amaigabeak sentitzen
ditu inguratzen, eta Jainkoaren irrika izugarri eta sutua

sentitzen du, beraz, kontzentrazio sakonez otoitz egiten du
.eta bihotz-bihotzetik Jainkoari erregutzen dio, erantzun arte

* * *

Errutina aspergarriak, obsesio sexualak, atxikimendu
materialak, asaldura emozionalak, esplotazioak eta
hurbiltasunetik nazkarako bat-bateko aldaketak maitasuna
ordezkatzten dutenean, orduan maitasuna bihotzetatik
.desagertzen da eta iraganeko kontua bihurtzen da

* * *

Biolinaren kexuan eta txirularen intzirian, organoaren
melodian eta oud-aren kordoian, Jainkoaren ahotsa entzuten
dut Arimaren bihotzean dago nire arimak bilatzen duen
zoriona Bat-batean sentitu dut Haren zoriona, nire
isiltasunaren erlauntzean gordeta Erlauntza estutu eta
betiko zoriontasunaren nektarra dastatuko dut
Jainkoaren irrika izateak bera maitatzea esan nahi du.
Jainkoaren irrika zintzoa, garbia, sakona eta distiratsua izan
behar du. Harengandik erantzun bat jaso nahi badugu, gure
bihotzak eman behar dizkiogu eta bihotz-bihotzetik erregutu
.behar diogu erantzun bedeinkatu hori jaso arte
Jainkozko maitasuna heriotza baino indartsuagoa da eta
bizitza iragankorraren edozein adierazpen baino
iraunkorragoa

* * *

Bizitzaren bideak ibili atzera edo atzerapausorik
ezagutzen ez duen irmotasun sendoarekin, eta Jainkoaren
botere sortzaile eta infinituak beti laguntzen eta babesten
.zaituela dioen fede sendoarekin
Jainkoak erantzuten die bere irrika eta irrika adierazten
duen eta konfiantzaz eta itxaropenez laguntza eskatzen dion
dizipulu zintzo horren bihotzeko eskariei, eta zalantzarik
gabe etorriko zaio erreskatatzera eta bere zailtasunetatik
.libratzera
:Manta flotatzailea, Paramahansa jakintsuak kontatua

Behin, bi lagun ibaiertzetik paseatzen ari zirela, manta
flotatzaile bat zirudien zerbait ikusi zuten. Bietako batek
bere burua ibaira bota eta "manta"raino igeri egin zuen. Hala
ere, denbora asko behar izan zuen ertzera itzultzeko.
Lagunak ohartu zen arazoak zituela "mantarekin" eta hori
:zela bere atzerapenaren arrazoia, beraz, oihu egin zion
"?Zergatik ez duzu bera uzten eta itzultzen"
:Bere lagunak erantzun zion
Hori da egiten saiatzen ari naizena, baina manta"
"itsatsita daukat eta ez dit joaten eta itzultzen uzten
Harridura handirako, berandu konturatu zen manta bat
.zela uste zuena hartz igerilari bat baino ez zela
Kontuan hartu zure oinaren posizioa urrats bat eman]
[!aurretik

Jende gehienak erabakiak hartzen ditu, baina ez ditu
betetzen, eta, ondorioz, arrakastaren gailurretik erortzen
dira, gailurrera igotzea amesten duten bitartean ere.
Borondatea xahutzen dutenek konturatzen dira zenbat eta
gehiago ahalegindu arrakasta lortzeko, orduan eta sakonago
hondoratzen direla porrotaren zingira. Borondate handia
dutenek, ordea, ez diote inoiz saiatzeari uzten, beren
ahaleginak zenbat aldiz huts egiten duten kontuan hartu
.gabe, beren helburu legitimoak lortu arte
* * *

Oi Mediku Unibertsala, edaten utzi iezadazu zure
bakearen ur gozo eta sendagarrietatik ase arte, zure poz
freskagarria eta ahultasun eta nekeak ukitu gabeko zure
.bizitasuna senti ditzadan
* * *

Jainkozko ahotsak bibrazio altuagoekin oihartzuna duten
bihotz zintzo guztiei hitz egiten die. Jakinduriaren ahotsak
eterra zeharkatzen du bakea, poza eta ezagutza sakratua
.bilatzen duten pentsamendu harmoniatsuen bila

* * *

Gizakiak bere aholkuak ematen dizkigu eta gero gure
ekintzen fruituak biltzeko uzten gaitu [bere aholku okerraren
ondorio izan daitezkeenak]. Baina Jainkoak gidaritza ematen
digu eta bere bideak beti zorientasunera eta ontasunera
.eramaten gaitu

Bizi gaitezen Jainkoaren argitan eta kontura gaitezen
lurreko amesgaizto honen atzean betiko esnatze bat
dagoela. Senti dezagun jainkozko presentzia itzal ilun
.bakoitzaren atzean

* * *

Erleak beti lore gozoak bilatzen dituen bezala, jainkozko
maitasuna gure bizitzetan sartuko da pentsamendu eta
.asmo onekin beteta daudenean

* * *

Besteak zorientsu egiteagatik, adeitasunez
tratatzeagatik eta seguru eta bakean sentiarazteagatik poz
beteta zaudenean, Jainkoa atsegin duzu eta bizitzan
.arrakastatsutzat hartzen zaituzte

* * *

Lagunekin edo maiteekin arazoak ditugunean, ahalik eta
azkarren konpontzen saiatu beharko genuke egoera. Ez du
zentzurik eta ez dazentzuzkoa egoera areagotzea errua
botaz, eztabaidatuz eta oihuka, nahiz eta beste pertsona
erruduna izan. Gure maiteei lagun diezaiekegu beren
portaera hobetzen eta akatsak zuzentzen gure adibide
positiboaren bidez, gaitzespen gogor eta hitz mingarrietara
.jo beharrean

* * *

Jauna, eskatzen dizut nire arimak bakea aurki dezan eta
axolagabekeriaren hodeien atzean itxaropen izpiak ikus
ditzala. Ziurtasunaren ilargia altxa dadila nire bihotzeko
.zeruan, lasaitasuna eta bakea senti ditzadan

Orain nire gogoaren horizontean distira egiten sentitzen
zaitut, eta ezjakintasunaren hodeiak uxatzen ari dira zure
argi bedeinkatuari eta zure presentzia lasaigarri eta
.bedeinkatuari esker

* * *

Bilatzaile zintzoaren bihotzak etengabe oihartzuna

:egiten du

Ene Jainkoa eta ene Maitea, ez dut mundu honetako"
tranpa eta ilusioetan harrapatu nahi, eta Zure maitasuna
esnatu nahi dut jendearen arimetan. Nire bihotza, nire
arima, nire gorputza, nire adimena eta daukadan guztia
Zurea da". Maitasun horrek Jainkoarengana iristen da, eta
.bilatzaile horrek Jainkoa ezagutzen du

Ene Jainko maitea, badakit nonahi zaudela. Olio
preziatua oliba estutu gabeetan ezkutatuta dagoen bezala,
zure presentzia bedeinkatuaren olioaren ere destilatzen da
zureganako hausnarketaren prentsa eta zureganako gero
.eta handiago den irrikan

* * *

Tentazioa plazerraren ideia konpulsibo engainagarria,
kontraesankorra eta aurreikusgarria da. Ideia honek
sortutako energia zoriontasuna dakarren egiaren bilaketan
erabili behar da, antsietatea eta sufrimendua eragiten duten
.ekintza okerretan baino

Esperientziaren, autodiziplinaren eta jakinduriaren
bidez, mundu honetako xarma hutsal eta faltsuen eta
Jainkoaren edertasun eta poz handi eta infinituen artean
.bereizten ikasten dugu

* * *

Nire bihotzeko fedea pertzepzio intuitibotik sortzen da. *

Bultzatzen nau eta xuxurlatzen dit nire baitan jainkozko
.maitasunaren altxorra bilatzeko

Jainkoaz pentsatzea da mundu honetako kezken
aurkako antidotorik onena, eta beraz, zintzotasunez, sakonki
.eta koherentziaz praktikatuko dut

Jauna, ukitu nire hausnarketaren begia, barrurantz *
bihur dadin eta nire bihotzean distira egiten duen
.zoriontasun espiritualaren eguzkia ikus dezan

Eta lagundu iezadazu lasaitasunaren ateak irekitzen
.zure argi bedeinkatuaren sendatzeko izpiak jasotzeko
Etsipena uxatu eta ahal dudan guztia egingo dut zure
presentzia sentitzeko, Jauna, hausnarketan, eta bihotz osoz
eta gorputz-adar osoz bilatuko zaitut, zuk zeure burua
.agertu arte

Norberaren pentsamenduak egoera eta baldintza
iheskor eta aldakorretara mugatzeak kanpoko gaien
kontzientzia mugatuko du. Horren ordeztu, betierekoan,
aldaezenen zentratu beharko litzateke, eta arretaren eta
pentsamenduaren erdigune bihurtu. Horrela egiten dutenak
magnetismo espiritualak inguratuko ditu eta argi
.jainkotiarrek argiztatuko ditu

* * *

Jauna, zure usaina nire arimaren loretik isuri eta arimak
.zure presentziaren tenplura erakar dezala
Zure maitasunak taupada egin dezala nire bihotzean,
.denekin harmonian eta bat etorritu taupada dezan

Bedeinka itzazu nire pentsamenduak, Jauna, nire
arimaren egarri direnak zure bakearen iturrira eramanez
ditzadan. Izan zaitez nire betiko gonbidatu eta bizi zaitez
.nire lasaitasunaren eta pazaren tenpluan

Ez zaitut inoiz ahaztuko, eta ez dut inoiz bizitzako
bideak zu gabe ibiliko
Eman iezadazu bihotzeko irrika izugarriak, eta
zureganako debozioaren oihartzun bizian, entzun dezadan
.zure ahots bedeinkatua
Egunero zoriontasuna gero eta gehiago bilatuko dut nire
.buruan eta gero eta gutxiago desio materialen bidez
Esker onez eta esker onez makurtzen zaitut, Jauna, zure
graziari esker, nire joera espiritualek eta joera positiboek
bizitzako negatibotasuna eta gaitzak gaindituko baitituzte.
Lagundu iezadazu emaitza txarrak dakartzaten ohitura
kaltegarriak alde batera uzteko eta emaitza onak
dakartzaten ohitura onuragarriak lantzeko nire erabakia
sendotzen. Eta lagundu iezadazu itxaropenarenugarria
bihotzean piztuta mantentzen Zureganaren bidean nabilen
.bitartean

* * *

Giza borondatea ez litzateke kapritxoaren, desioaren eta
ohitura kaltegarrien esklabo izan behar. Horrek ez du esan
nahi borondatea erabiltzeari uko egin behar zaionik, baizik
eta bere aplikazioan bereizketa egitea, jainkoaren
.borondatearekin bat etor dadin
Zoriontasuna eta arrakasta nahi duen edonork
Jainkoarengan fedea sendoa izan behar du, bere kontzientzia
barne-bake eta lasaitasun mailara igo behar du, ausardian
eta ausardian zentratu behar da, borondate-indarra eta
erabakitasuna izan behar ditu, eta bere betebeharrak lasai
.eta konfiantzaz bete behar ditu

* * *

Prest nago nire bizitza osoa pertsona zintzo bati
emateko, baina hipokritak eta pertsona faltsuak saihesten
ditut. Ez dut inor lausengatzen edo engainatzen, eta horrela
.bizi behar dugu mundu honetan

* * *

Ausardia izan behar dugu, zintzoak izan, eta ez bakarrik
inspiratu ditzakegunekin inguratu behar dugu, baita gu
.inspiratu gaitzaketenekin ere

* * *

Nire betebeharrak guztiak Jainkoarengandik indarra hartuta
bakarrik bete ditzaket. Horregatik, nire lehen nahia berari
atsegin ematea da. Jainkoa da nire bihotzeko lehen
maitasuna, nire baitako anbizio handiena eta nire
.borondatearen eta gogoaren azken helburua
Oreka ederra da eta gure sentimenduen eta
pentsamenduen oinarri eta giltzarria izan beharko litzateke

* * *

Pertsona altruistak, altruismoaren maitale denak, ez dio
uzten berekoikeriari agindua ematen, ezinezkoa baita poz
hutsa bizitzea, adimen zabalekoa eta bihotz onekoa ez
bazara, norberarentzat zein besteentzat zoriona bilatu eta
.desiratu ezean. Printzipio unibertsal eta aldaezina da hau

* * *

Oraindik gogoratzen dut ustekabeko esperientzia bat
izan nuenean; hausnarketaren hodeien atzetik, zoriontasun
espiritualaren egunsentia bat-batean agertu eta nire izatea
.irentsi zuen

Esperientzia bedeinkatu horrek itxaropen guztiak
gainditu zituen. Poztasun deskribaezina sentitu nuen, eta
zoriontasunaren argiak nire kontzientziaren txoko ilun
guztiak argitu zituen, nahasmenaren eta galderen itzalak
uxatuz. Argi horrek —X izpien antzera— gainazal zakarrak
zeharkatu eta ohiko ikusmenaren horizontearen haratago
.zeuden gauzak agerian utzi zituen

* * *

Zure bihotzaren taupada etengabeak astiro
aldarrikatzen du zure ezagutzaren ateetatik haratago
dagoen botere infinituaren presentzia. Bizitza osoaren
:pultsazio leunak xuxurlatzen dizute

Ez jaso nire bizitzaren jario eskas bat bakarrik, zabaldu"
zure zentzumenen esparrua eta utzi zure odola, gorputza,
adimena, zentzumenak eta arima nire bizitza kosmikoaren
"pultsuan murgiltzen

* * *

Jauna, utzi zure presentzia sentitzen egiten dudan
ekintza guztietan. Lagundu iezadazu zure gidaritza iluntzen
duen beldurraren itzala uxatzen. Eta utzi nire irrika loreak
loratzen nire bihotzeko lorategian, zure etorreraren
.egunsentia zain dudan bitartean

* * *

Utzi porrotaren pentsamenduak arrakastaren
pentsamendu positiboekin uxatzen eta izan baikorra, eta
.kendu beldurrak haiei buruz pentsatu gabe
Uxa itzazu atsekabeak zoriontasunaren argiarekin, eta
ordezkatu hizkera alferrikakoa maitasun eta adeitasunarekin
Kendu pentsamendu osasungaitzak osasunaren tronutik
eta ordezkatu itzazu pentsamendu osasuntsuekin eta
sentimendu osasuntsuekin

Arindu zure bihotza nahasmen eta antsietatetik, eta
.uxatu ezjakintasunaren hodeiak zure bizitzako horizontetik

* * *

Bizitzaren borrokan garaile ateratzen den pertsonak
bere sufrimendua ohorezko intsignia gisa darama bularrean

* * *

Bedeinka nazazu, Jauna, ongia bakarrik ikus dezadan,
ongia bakarrik pentsa dezadan eta jende on eta
bertutetsuarekin bakarrik elkartu dezadan. Eta utzi nazazu
zu kontenplatzen, ontasun eta zuzentasun ororen iturria
.zarena

Mantendu iluntasunaren mamuak niregandik urrun, eta
begiratu nazazu zeruaren bihotzetik eta nire bihotzaren eta

sentimenduen ateetatik, eta agertu ieza dazazu zureganako
.maitasunaren tenpluan

* * *

Uneoro gure sentimenduak kontrolpean edukitzeko
ahalegin guztiak egin behar ditugu, emozioak kontrolatu eta
geure burua mugatu ahal izateko, besteen bakea asalatu
eta inguruko giroa hondatu nahi duten pertsona txarrekin
.topo egiten dugunean

Pertsona baten portaeran kontuan hartu beharreko
lehenengo gauza auto-hobekuntza da. Pertsona on batek,
bere jokabide noblearen bidez, ingurukoak hobera aldatzen
.lagun diezaieke

* * *

Desirekiko obsesioak itsutu egiten du adimena, eta
desioen lainoak pertsona baten adimena gainezka egiten
duenean, barne oreka galtzen du eta bereizketarik gabe
jokatzen du, badakilako bereizketa naturala dela ekintza
sendo eta portaera zuzen ororen atzean dagoen indar
eragilea. Pertsona baten gaitasun mentalen bolantea
apurtzen denean, ezinbestean minaren eta miseriaren
.amildegian amaituko du

* * *

Lehenago edo beranduago, bizitzaren ilusioak
desagertuko dira, eta haren helburua argituko da. Haurtzaro
eta gaztaroaren ilusioak desagertzen direnean, zer geratzen
da? Benetako zoriona Jainkoarenganako hurbiltasunean eta
haren presentzia sentitzean bakarrik aurki dezakegu, arima
.lasaitasunez eta bakez betetzen baitu

* * *

Gure itxaropenetan errealistak izan behar dugu eta
Jainkoari gure behar esentzialak bakarrik asetzeko eskatu
behar diogu, eta benetako beharren eta beharrezkoak ez
diren desioen arteko aldea ezagutu. Beharrezkoa dena eta

beharrezkoa ez dena bereizteko modurik onena logikara eta
arrazoiria jotzea da, eta ez nahi izatea guri mesede egiten ez
diguten eta hori gabe hobeto gauden gauza antzuak
.lortzeko

* * *

Planeta eta izar urrunenetatik haratago bidaiatu ahal
izango dut

Baina beti maiteko zaitut
Zure jarraitzaileak etor daitezke, edo beren bidea egin
dezakete

Baina beti egongo naiz zurekin eta maiteko zaitut
Enkarnazio anitzen uhinek astindua izan nazakete

Bakarrik eta bakarrik sentitzen naiz

Hala ere, beti maiteko zaitut

Mundu distraituak ahaztu zaitzake

Baina beti gogoratuko zaitut

Nire ahotsa itzali eta huts egin dezake

:Baina nire arimaren hitzetan xuxurlatuko dut

"Beti maiteko zaitut"

Probek, gaixotasunek eta heriotzak zatitu nazakete

Nire gorputza bahetu zuten, baina nire oroimenean

irauten duen bitartean

Itxaropen izpi bat geratzen da; begiratu nire begi hiltzen

ari direnei

:Haien bidez esango dizuet

Betiko maite izango zaitut

!Eta beti izango naiz zuri leial

* * *

Jainkoa nirekin dago" esaten duzunean, ongia bakarrik"

etorriko zaizu besteen pentsamenduetatik. Inguratu zaitez

Jainkoaz, bere izen santuena botere gorena baita, ezkutu

zeharkaezina, zeinaren aurka bibrazio eta pentsamendu

.negatibo guztiak makurtu eta desbideratuko diren

Poztasun espirituala Jainkoaren etengabeko

kontenplazioan eta Harekiko gero eta handiagoa den irrikan

datza, eta iritsiko da gogoia gehiago ez den zalantzan edo
antsietateak astinduko. Orduan, ez dago gaitza fisikorik ez
krisi psikologikorik kontzientzia Jainko biziaren presentziatik
.desbideratu ahal izango duenik

Zein zoragarria den Jainkoarengandik hurbil sentitzea,
Harengan pentsatzea eta etengabe Haren presentzia
!sentitzea
* * *

Zure helburu legitimoa baikortasunez eta pozik lortzen
saiaitu beharko zenuke, eta lortzearen itxaropen hutsak poza
eman beharko lioke zure arimari. Helburu hori lortzen
duzunean ere poztu beharko zenuke, zure gozamenaren
.merezi duen lorpena baita
* * *

Esaten da erlea hain maiteminduta dagoela lotoaren
usainarekin, ezen denbora luzez egoten baita lorearen
bihotzean, nektarra xurgatzen. Horrela, loto petaloek ixten
diote erleari, eta lotoaren barruan aurkitzen du heriotza.
Gero, iparraldeko eskualdeetako oreinak daude, txirularen
doinuek mozkortuta. Ehiztariak txirula jotzen duenean,
oreina harengana hurbiltzen da eta bere patu hilgarria
aurkitzen du. Badira etxekotutako elefante batzuk ere;
elefante emea beste elefante batzuk erakartzeko eta
harrapatzeko erabiltzen da. Testuinguru honetan, filosofo
:handi batek honelako zerbaite esan zuen

Erlea usainak liluratuta dago
Eta oreinak txistu-hotsa egiten du
Elefantea gatibu erortzen da
Ukitu kitzikagarria dela eta

Baina zer gertatzen da zentzumen horiek guztiak dituen
gizakiarekin? Filosofoaren aholkua hauxe da: "Ez izan zure
zentzumenen esklabo, eta ez utzi ezerk edo inork zu
."kontrolatzen

Nik, berriz, hau diot: «Gogoratu zure zentzumen guztiak
zure zerbitzura jarri direla eta zure aginduak entzun eta zure
.«borondate kontzientea bete behar dutela

* * *

Ura eta izotza bi elementu ikusezin diren oxigeno eta
hidrogenoaren adierazpenak dira, eta haien existentzia
formagabea eta iragankorra besterik ez da. Era berean, giza
adimena eta materia adimen unibertsalaren adierazpenak
dira, existentzia mugatu eta erlatibo bat baino ez baitute,
egia esan, adimen unibertsala bakarrik existitzen baita
.benetan eta absolutuki

* * *

Badira inorengan konfiantzarik ez duten eta benetako
lagunak aurkitzeko aukera zalantzan jartzen duten
pertsonak; batzuek lagunik gabe moldatzeko gaitasunaz
harrotzen dira. Baina besteei maitasuna eta adiskidetasuna
erakusteko gai ez direnek ez dute kontuan hartzen hedapen
espiritualaren legea, zeinaren bidez arimak bere horizonteak
zabaltzen dituen eta jainkozko espirituaren besarkada
.itzultzen den

* * *

Pertsona batek bere burua aztertzen duenean, bere
ahuleziak ezabatzeko eta izan behar duen bezalakoa izateko
gogo handia izan behar du, eta ez utzi etsipenak bere
erabakia ahultzen autoanalisi zintzoak argitzen dituen
.akatsak aitortzean

* * *

Zoriontasunerako bi baldintzak: xumeki bizitzea eta goi
mailako pentsamenduak

Haurra nintzela, Jainkoari gutun bat idatzi nion; gaztea
nintzen eta ia ez nekien idazten, baina gauza asko esan
nizkion; ez nion neure buruarentzat ezer eskatu, baina bere
buruari buruz zerbait irakasteko eskatu nion, eta egunero
postariak nire gutunaren erantzuna ekartzeko zain egoten
.nintzen

Ez nuen inoiz zalantzarik izan nire bihotzean Eta egun
batean erantzuna jaso nuen ikuskari batean, mezu
bedeinkatu baten letrak urrezko argiz distiratzten ikusi
nituenean ezin izan nuen ondo irakurri, baina mezua honela
ulertu nuen : "Bizitza naiz eta Maitasuna naiz, eta zure
gurasoen bidez zaintzen zaitut!" Orduan ulertu eta sentitu
nuen jainkozko presentzia

* * *

Iraganeko zailtasunak ahazten saiatuko naiz, orainaldiari
ausardiaz aurre egingo diot eta etorkizuna Jainkoarengan
.konfiantza osoz itxarongo dut
Badakit bihotzean ditudan desio on guztiak Jainkoaren
laguntzarekin egia bihurtuko direla
Bizitzaren esanahia hobeto ulertzeko neure burua
hobetzeko ahalegin guztiak egingo ditut, eta jakinduria
lortzeko, arimaren ikuspegia esnatzeko eta azken egiarekin
.bat egiteko ahalegin guztiak egingo ditut

* * *

Jauna, zure grazia ugaritik datozen argi eta maitasunaz
poztuko naiz, eta esker oneko bertsoak altxatuko dizkizut
.zure adeitasuna aitortzeko
Zintzotasuna hartuko dut pentsamenduan, hitzean eta
ekintzetan, eta besteak zoriontsu egiten saiatuko naiz, nire
zoriona haien zoriontasunetik baitator, eta nire ni txikia ni
.unibertsal osoaren nian urtuko dut
Maitasuna da sorkuntza guztiaren pultsua
Maitasuna bi bihotzen arteko elkarrizketa isila da
Maitasuna Jainkoaren deia da sorkuntza guztiarentzat

Bere zeruko etxera, batasun kosmikoaren etxera, itzuli
dadin

Maitasuna arima loratzen diren lorategietan jaiotzen da.

Nektarrik zaharrena eta gozoena da, bihotz leial eta
.benetakoen ontzietan gordeta

Beren burua ezagutzen dutenek ulertzen dute zereginak

burutzeko beharrezko botere guztia Jainkoarengandik
datorrela. Lasaitasun espiritualak (gogoaren bakea) lortzen
dutenek barne-poza berritua bizi dute, lur honetan duten
rola edozein dela ere. Horrelako pertsona batek Jainkoaren
.nahiaren arabera bizi eta eramaten du bere bizitza

* * *

Buruko nahasmenduek adimena nahasi eta distraitzen

dute, umore aldakorrak ikuspegi argia lausotzen du, eta
eztanda emozionalak gaizki-ulertuak eragiten ditu. Jende
gehienak ez du ulermenez eta gogoetaz jokatzeko, baizik eta
bere aldartearen arabera. Gainera, alborapenak eta
aurreiritziek bereizketaren lentea lainotzen dute, ulermena
distortsionatzen dute eta pertzepzio argi eta zalantzarik
gabea eragozten dute. Beraz, ikuspegia garbitu behar da
epaiketa ona eta pertzepzio zehatza oztopatzen dituzten
.nahasmen, asaldura eta aurreiritzi iturri guztietatik

* * *

Unibertso honetako Jaun bat dago, gizateriari

independentzia, gaitasuna eta adimena eman diona.

Gizakiek Jainkoa aurki dezakete arrazoiaren dohainaren
bidez, baina bizitzaren zentzua aurkitzeko eta beren

Sortzailea ezagutzeko beharrezko ahalegina egin gabe
denbora alferrik galtzen badute, Jainkoak emandako energia
preziatuak xahutzen dituzte eta ez dute inoiz benetako
.zoriontasuna aurkituko

Gauza asko egiten ditudan arren, ez dut sentitzen
egiten dudanarekin mugatuta, badakidalako mundu hau ez
dela nire etxea

* * *

Jainkoaren bilaketak ez gaitu barkatzen bizitzako
borroketan gure betebeharrak materialak, intelektualak eta
sozialak alde batera uzteagatik. Bestalde, benetako bilatzaile
espiritualak autodiziplina eta bere emozioen, ohituen eta
desioen gaineko kontrola ikasten ditu, bizitzaren tenplua
ezjakintasunaren iluntasunetik askatzeko, jainkozko
presentzia hauteman ahal izateko. Etxe ilun bateko bitxiak
ezin diren bezala, kontzientzia espirituala ere ezin da bizi,
ezjakintasunaren eta disonantzia psikologikoaren indarrek
.pertsona baten gainean nagusi diren bitartean

* * *

Itsasoak bere burua kopa batean isuri nahi izango du,
baina kopak bere kabuz bakarrik eduki dezake. Era berean,
egia guztiontzat da, baina kontzientzia mugatua dutenek ez
dute behar bezain sakon aztertzen bilatu eta esploratzeko,
ezta gainazalaren azpian murgiltzeko ere; beraz, ezin dute
egia aurkitu. Ahal dugun guztia egin behar dugu ikerketa
.sakona egiteko eta altxorak aurkitzeko

* * *

Gai serio edo garrantzitsu batean zentratuta dagoen
bitartean, bere kontzientzian sartzen saiatzen den edozein
pentsamendu negatibo baztertzea gustatzen zaio. Jende
gehienak beste gauza batzuetan pentsatzen du gauza
garrantzitsuak egiten ari denean. Adibidez, epaileak beste
pertsona baten bizitza edo heriotzaren inguruko gai delikatu
bati buruzko azken epaia ematen ari zen bitartean, aldi
berean egun berean bere emazteak jaso zuen tratatu txarraz
pentsatzen ari zen, eta etxean bere epaia ez zelako betetzen
.ari haserre zegoen

Epaille honek erabaki okerra hartzen badu eta pertsona
errugabe bat heriotzara kondenatzen badu kontzentrazio
faltagatik, epaile handienaren aurrean akusatu eta
kondenatu egingo da, hau da, faboritismorik edo
nepotismorik ezagutzen ez duen lege unibertsalaren
.aurrean
* * *

Zure inspirazioaren haizeak hodei guztiak uxatu ditu,
eta nire pentsamenduen zerua garbi eta purua da orain, eta
begi garbituekin ikusten zaitut nonahi. Zure eguzki
bedeinkatuaren izpiek nire izatearen sakonean sartzen dira,
eta belaunaldien gosez elikatzen naiz zure argi
.bedeinkatuaz
* * *

Mundu aldakor, arriskutsu eta ziurgabe honetan, erabat
bakarrik sentitzen zara. Jainkoak bakarrik ez zaitu inoiz
.utziko edo zure itxaropenak zapuztuko
Bedeinka nazazu, Jauna, nire baitan indar espiritualaren
eta arrakastaren haziak landatu ahal izan ditzadan, eta indar
.hori zuri atsegina zaizkizun moduan erabili ahal izan ditzadan
* * *

Jauna, nire pentsamenduen bakardadean, Zure ahotsa
entzuteko irrika dut. Kanpora itzazu niregandik nire
oroimenean habia egiten duten munduko ahotsak. Zure
ahots lasaia nire arimaren sakonean oihartzun entzuteko
irrika dut. Hartu nire izatearen jabe eta utzi zure presentzia
.bedeinkatua sentitzen nire baitan eta inguruan
* * *

Erraza da esatea pertsona bat intelektualki ingurune
.baketsu edo liskartsu batek elikatzen duen ala ez
* * *

Barne-beldurrek, estres psikologikoak edo lagun eta
senide okerrekin elkartzeagatik sortutako antsietateak,
guztiek nahasmen mentala eta umore nahasia sortzen
laguntzen dute. Temperamentu lasai eta baketsua dutenek,
berriz, pentsamolde osasuntsu eta magnetikoa sortzen
.laguntzen dute

* * *

Jainkoak gure erabakia sendotzeko probatzen gaitu, ez
hausteko. Ezjakintasunak suntsitzen gaitu gure konfiantza
guztia haragian jartzen badugu. Egiaren bilaketan irauten
dutenek betiko bizitza aurkitzen dute. Mundu hau labe sutu
bat da, non gure arimak forjatzen diren, jakinduriaren eta
.indar espiritualaren altzairu gisa sortuz
Gizakiek ustiatu gabeko potentziala dute — behar duten
botere guztia Jainkoak arrazoiaren botereaz hornitu ditu,
lotzen dituzten eta ohitura eta desioen gatibu mantentzen
dituzten munduko mugapenetatik askatzeko. Gaur bizitzako
erronkei beren borondatea hausten eta aurrerapena
oztopatzen ez uzteko erabakia hartzen dutenek gai izango
.dira horiek gainditzeko

* * *

Ez agerian utzi zure sekretu guztiak besteei
zintzotasunaren izenean. Zure ahuleziak arduragabeei
erakusten badiezu, aukera baliatuko dute zutaz iseka
egiteko kalte egin nahi dizutenean. Zergatik eman iezaiezu
zure aurka erabil dezaketen eta mina eragin diezazuketen
?zerbait

* * *

Oi, nire bihotzaren edari freskagarria, behin eta berriz
edaten zaitut, baina nire kontzientziaren botila beti gainezka
dago. Ez dakit edari bedeinkatu honen izena, baina badakit
jainkozko maitasunaren nektarra dela poz espiritual berritua
.ematen didana

Poztasun espirituala etengabe berritzen da, ez baita
desio iragankorretatik sortzen. Arima irrikatsuan agertzen

da, antsietate mentalak desagertzen direnean eta ohitura
kaltegarriak eta joera kezkarriak desagertzen direnean
arimaren ulermenaren sakonetik datorren barne-bakearen
.ukituaren azpian

* * *

Ez dago konparaziorik lurreko aberatsen eta espirituzko
abersatsen artean, espirituzko aberatsak baitira aberatsen
.artean aberatsenak Jainkoaren begietan
Gaur, erabaki dut ez amore emateko etsipen, frustrazio
eta damu galduen eta bete gabeko ametsen aurrean.
Mugatuta eta mugatuta geratzen utzi beharrean,
jakinduriaren bultzaden arabera biziko naiz, badakidalako
.horrela bilatzen dudan zoriontasuna aurkituko dudala

* * *

Eskerrik asko, Jauna, beti gogoratzeagatik, zutaz
gogoratzen ez naizenean ere, eta eman dizkidazun
bedeinkapenengatik esker onez betetzen nauzulako.
.Bedeinka nazazu, zure oroitzapen etengabearekin bizi nadin

* * *

Kontzientzia aurreiritzietatik araztu eta ilusioetatik
askatzen denean, gure gorputzen bizitasuna eta gaztetasuna
berrituz, gure pentsamenduak indartuz eta gure arimak
jakinduria eta zoriontasun korronteekin kargatuz, bizitzako
egunero une zehatzetan ez ezik, gure gorputzen bizitasuna
eta gaztetasuna berrituz inspiratuko gaituen ulermena
.izango dugu

* * *

Garatu egia esateko ohitura beharrezkoa ez dena esan
gabe, eta saihestu besteei kalte egin diezaiekeen edo
.egiaren mesedetan ez den ezer esatea

* * *

Enpresaburu gehienak ez dira eraginkorrak dirua
irabazteko, ezta negozioak kudeatzeko arrakastatsuak ere,
ezta senar jakintsuak ere, bulegoetan daudenean etxeko
arazoekin kezkatuta baitaude emazteekin, eta etxean

daudenean lan arazoez irensten diete burua. Ez litzateke
saiaitu behar gauza batean baino gehiagotan aldi berean
.zentratzen

* * *

Oker dagoen pertsona batek bere burua eraberritzea eta
bere egoera hobetzea erabakitzen badu jende onarekin
elkartuz, hobera aldatuko da, pertsona espiritual batek,
berriz, bere espiritualtasuna galtzen du eta atzera egiten du
.motibo okerrak eta joera gaiztoak dituztenen konpainian

* * *

Gogoratu Jainkoarengana hurbiltzeko nahia
borondatearen erabilera handiena eta nobleena dela, Jainkoa
bakarrik baita betikoa eta betikoa, eta Harengandik dator
ontasun guztia. Landu zure borondatea eta saihestu desira
kaltegarriak; ez erabili zure borondatea horiek betetzeko,
ahalegin alferrikakoa eta energia xahutzea baita. Bete zure
betebeharrak bizitza honetan ahalik eta ondoen, aldi berean
bizitza amets iheskor gisa ikusten duzun bitartean. Zorroztu
zure erabakia eta oinarritu zure borondatea Jainkoaren
.ezagutzan

* * *

Pertsona batek bere bizitza jakinduriaz eta ikuspegi
argiz bizitzen badu, heriotza sari bat eta mundu hobeago
.batean egoera hobeago baterako trantsizioa dela ikusiko du

* * *

Paramahansa maisuak aholku hau eman zion bere
:dizipuluetako bati
Ez izan aldebakarrekia; horren ordean, bizi ezazu ordena
eta oreka biziz, zure betebeharrak lehenetsiz. Betebeharra
borondatez eta benetako nahiarekin egindako lana da, ez
erresuminaz edo betebeharrak sentimenduz. Kontzientzia
espirituala eta morala funtsezkoa izan behar den arren,
betebeharrak materialak ez da alde batera utzi behar, oso
garrantzitsuak baita eta betebeharrak sozial, nazional eta
.nazioartekoak indartu behar baitute

* * *

"Eta batez ere, izan zintzoa zure buruarekin"

Esaldi honek Shakespeareren Hamleten Poloniori
emandako aholku ospetsuen zerrenda baten koroa da, eta,
besteak beste, norbere buruarekin leial izatea eta sakonean
gaizki sentitzen dena ez egitea esan nahi du. Izan ere,
kontzientzia garbi eta bizi batek unibertsoa altxor guztiak
baino balio eta garrantzi handiagoa duen poza eta indarra
.ematen dio jabeari

* * *

Kontzentrazio gorenaren botereak antsietatearen
ekaitzak baretzen ditu, kezken bultzada murrizten du, desira
menderaezinak mugatzen ditu eta aldatzen edo eraldatzen
.ez den jainkoazko jakinduria erakartzen du

* * *

Arrakasta ez dago patuaren edo zortearen menpe,
baizik eta unibertsoaren legeekin, hausnarketaren bidez,
.norbere burua lerrokatzearen menpe

* * *

Ezerk eta inork ez luke bihotzeko tronua okupatu behar,
.Jainkoari bakarrik eskaini behar baitzaio

* * *

Pertsona baten izaerak sentimenduak hotz eta ulermena
eskas bihurtzen ditu, besteekin ondo moldatzea ezinezkoa
.bihurtuz

* * *

Etxeko bizitza paradisua izan beharko litzateke, baina
umore txarrak infernu bihur dezake. Senarra lanetik etxera
itzultzean emaztea deprimituta eta haserre aurki dezake, eta
horrek ezinezkoa egiten dio harekin komunikatzea. Edo
etxera umore txarrean itzul daiteke, eta emakumeak
ezinezkoa egiten dio berarekin komunikatzea. Horrela, arazo
asko beste batzuei gertatzen zaizkie umore txarrak direla
.eta

Familiako kide bat haserre bizian edo axolagabe
dagoenean, berehala eragiten dizu haren izaerak. Edo umore
onean hurbildu zaitezke norbaiti, baina umore txarrekoa eta
eztabaidan ari dena aurkituko duzu, eta hitz mingarriak
esango dizkizu, zure poza berehala uxatzen dutenak,
.urrundu nahi izango zaituztenak
Ez erreparatu beste pertsonen nortasunei eta ez utzi
haiek zugan eragina izan dezaten

* * *

Bizitzan proba askori aurre egin behar izan diet, eta
zailenak gaizki epaitu ninduten pertsonekin izan dira. Maite
nituen eta bihotza eman zidaten gaizki ulertzeko eta nire
aurka egiteko ikusi ditut. Baina horrek ez zuen
mingostasunik sortu nire ariman, mingostasunak ulermena
.lainotzen baitu
Ez dut uzten besteen gaizki-ulertuek min ematen, baina
laguntzen saiatzen naiz, harrera ona badute, eta asmo onak
.eta desio atseginak bidaltzen dizkiet

* * *

Ekintza zuzenak ontasunaren nektar gozo eta atsegina
edatea bezalakoak dira, eta ekintza gaiztoak, berriz, izaera
antagonikoa dute, ezti pozoitsua kontsumitzea bezalakoak.
Osasunari kalte egiten dioten eta estres psikologikoa eta
ezjakintasuna eragiten duten ekintzak eta jokabideak erabat
saihestu behar dira. Mota guztietako substantzia
kaltegarrietan justifikaziorik gabeko kontsumoa da arazo
.psikologikoak, gaixotasunak eta min fisikoak sartzeko atea

* * *

Oi, ene jainkozko maitea
Adiskidetasunaren bihotzetik isurtzen den maitasunaren
iturburua zara, eta lagunaren bihotzetan sentimenduen
.kimuak irekitzen dituzten berotasun izpi ezkutuak

Eta noblezia, leialtasuna eta debozioa goraipatzen
dituzten poema sentimentalak

* * *

Zenbat eta gehiago bidali nire errukia eta borondate ona
besteei, orduan eta gehiago irekitzen ditut Jainkoaren
maitasuna niregana isurtzen diren bide espiritualak.
Jainkozko maitasuna da ongi handiena erakartzen eta
.ekartzen duen iman hori

* * *

Ezinbestekoa da pertsona batek bere barne-bakea eta
lasaitasuna mantentzea erabakitzea, nahiz eta senide
arazotsuekin bizi, enpresaburu gogor batentzat lan egin,
aurkaritzat hartzen dituenekin moldatu edo bizitzako edozein
zailtasuni aurre egin. Eguneroko bizitzan erabaki horrekin
jarraitzen badu eta esperientzia horien egun batzuk igaro
ondoren ez bada etsitzen, barne-oreka lortuko du eta
.zoriontasun psikologikoa aurkituko du

* * *

Gaizkia eta bekatua ez dira gizakiaren izaeran
berezkoak, kanpotik inportatuak eta norberaren baitan
.txertatuak baizik

* * *

Lokatzaren azpian lurperatutako urreak ez du bere
funtsa galtzen; bere garbitasun naturalarekin distira egiten
du lokatza kendu ondoren. Era berean, ontasuna giza
arimaren barruan existitzen da, estaltzen eta iluntzen duten
ezjakintasun geruzen gainetik. Arimaren urrea
ezjakintasunaren lokatz lodi eta gogortuak zenbat zikindu
duen kontuan hartu gabe, lokatz hori jakinduriaren urarekin
garbitu besterik ez dugu egin behar arimaren benetako
.urrearen distira ederra agerian uzteko

* * *

Jendeak askotan elkar kritikatzeko jartzen du arreta, eta
horregatik ez dituzte beste alderdiak dituen ezaugarri onak
.nabaritzen

* * *

Ezjakintasuna berdin existitzen da Ekialdean zein Mendebaldean. Ekialdeko eta Mendebaldeko ezjakinak elkartzen direnean, liskarrean hasten dira eta ez dira ados jartzen, harrotasunaren eta zuzentasun propioaren goraipamena erakutsiz, beste ikuspuntuak entzun edo errespetatu gabe, nahiz eta zuzenak izan. Hala ere, Ekialdeko eta Mendebaldeko jakintsuak elkartzen direnean, gaiak objektiboki aztertzen dituzte eta guztiontzat .onuragarria den lankidetza emankorrerantz lan egiten dute

* * *

Jainkoak arima, adimena eta gorputza eman dizkigu, eta dohain hauek modu harmoniatsu eta orekatuan landu behar ditugu. Ez dugu utzi behar geure burua ingurunearen .esklabo edo ohituraren preso bihurtzen

* * *

Espiritualki garatuta dauden gurasoek munduari lagun diezaiokeste seme-alabak jarrera espiritualekin haziz eta kontenplazioak eta autodiziplinak ezaugarritutako bizimodu .moderatua hartuz

* * *

Desioa betetzeko gaitasunik ez duen desioa da, asmoa, berriz, desioa baino indartsuagoa den bitartean. Borondatea, berriz, desio horren atzean dagoen indar eragilea da, gauzatzeko energia aktiboarekin batera. Horrek ahalegin fokatu eta jarraitua dakar, desioa gauzatu arte. Zein jende gutxik nahi eta lortzen duen benetan lortu nahi duena! Noski, ez da borondatea erabili behar ekintza lotsagarriak eta gaitzesgarriak egiteko, horrek borondatearen benetako helburua hausten baitu eta ondorio kaltegarriak eta kaltegarriak dakartzalako. Giza borondatea jakinduriak eta bereizketak gidatu behar dute, argitasunera eta .Jainkoarengana hurbiltzera eramanez

* * *

Bizitza honetan eder eta merezi duen guztia misterioz
inguratutako meategietan ezkutatzen da askotan. Bitxi
arraroak zailak dira erraz aurkitzen , eta altxor espiritual
preziatuak lurpetik atera eta ulermenaren eta jakinduriaren
.tresnekin atera behar dira

* * *

Hitz atseginen eta aholku zintzoen bidez besteei poza
ekartzea benetako handitasunaren ezaugarriak dira.
Alderantziz, besteak iruzkin sarkastikoekin, begirada
negatiboekin eta iradokizun berekoiekin min ematea
gaiztakeriaren seinale da. Begirada mingarri eta arnas
haserre batek ukabilkada edo kolpe mingarri batek baino
sakonago zauritzen du. Iseka eta iseka egiteak desafio eta
haserre espiritua agerian uzten dute gaizkileengan, eta
.iradokizun atseginetik damua eta harridura pizten dituzte

* * *

Batzuetan Jainkoak bere maitaleei argi handi gisa
agertzen zaie, edo ahots kosmiko gisa, edo poz mugagabe
gisa, edo gozotasun goreneko maitasun gisa, edo ulermen,
jakinduria eta ezagutza gisa. Bere argia hedatzen eta
zabaltzen da hego kosmikoen antzera betikotasunean zehar,
eta batzuetan lur hau amets bat bezala ikusten dut argi
horren bihotzean, eta horrela konturatu nintzen mundua
.amets bat dela

* * *

Gure bihotzak jakinduriaz garbitzeko eta Jainkoaren
maitasunaz garbitzeko ahalegin guztiak egin behar ditugu,
eta anai-arrebak garela konturatzeko, gure zeruko etxerantz
.elkarrekin oinez goazela

* * *

Zure zoriontasun handiena ikasteko eta zuzen jokatzeko
etengabeko prestutasunean datza. Zenbat eta gehiago
hobetu zeure burua, orduan eta gehiago lagunduko diezu
ingurukoei hobetzen. Bere burua hobetzen duen pertsona

beti da zoriontsu, eta zenbat eta zoriontsuago izan zu,
.orduan eta zoriontsuagoak egingo dituzu zure ingurukoak

* * *

Elkarrekin lan egin dezagun gose direnei jaten emateko,
beharrean daudenei arropa eta sendagaiak emateko, doluan
daudenak kontsolatzeko, behartsuen malkoak garbitzeko,
.haien arimak pozteko eta irribarrea aurpegietan jartzeko

* * *

Jainkoak bere maitasuna amen bihotzetan jarri izan ez
balu, ezingo lituzkete beren seme-alabak maitatu. Jainkozko
maitasuna amen bihotzetan zehar isurtzen da. Etxea graziaz
beteta dago Ama unibertsalaren presentziagatik, ama giza
itxuran, eta amaren maitasunarenugarra bizirik mantendu
.behar dugu gure bihotzetan

* * *

Hemen bizitza antzua eta kaotikoa dirudi
segurtasunaren kostaldera iritsi arte. Ezin ditugu gure
itxaropenak munduko helburu iheskorretan eta atxikimendu
material hauskorretan jarri. Lotura hauskor horiek
inkontzienteki urruntzen gaituzte gure azken helburutik,
.gure benetako nitik urruntzen gaituzten bezala

* * *

Jainkoaren ahotsa bizitzaren itxuraren atzean dago,
etengabe dei egiten eta loreetatik, liburu santuetatik eta
gure kontzientziatik hitz egiten digu, eta bizitza bizitzeko
moduko gauza eder guztien bidez, haren aintza agerian
geratzen da arimak sentitzen duen lasaitasun espiritualean
eta gogoak Harekin harmonizatzeko egiten duen ahalegin
.sutsuan

* * *

Jauna, egin nazazu aurrerapen espiritualaren arrano bat,
iritzi eta sinesmenen gehiegikeriaren eta estutasunaren kale
.hautsez beteen gainetik hegan egiten duena

Deitu nazazu gero eta geruza altuagoetara, lur-
dardaretatik eta eguzki-argia blokeatzen duten hodeietatik
haratago

Utzi orekaren hegoetan ibiltzen pertzepzio altuen zeru
altu horietara

Ekaitz eta urakan guztien gaineratik, zeruko habia
bilatzera abiatuko naiz

Jauna, egin nazazu aurrerapen espiritualaren arrano,
beti irrikaz eta irrikaz bilatzen zaitudana

Jauna, freskatu gaitzazu zure presentziaren haize
gozoezin, bete gaitzazu zure presentzia loriatsuaren irrikaz,
eta utzi gure izakiak zure jainkozko jakinduriaraz aberastu
daitezen. Senti dezagun zure argi santua gure bizitzako
alderdi guztiak zeharkatzen, gure erabakia indartuz, gure
iluntasuna uxatuz, bakez eta baikortasunez betez eta
.ekintza onak egiteko energia emanaz

* * *

Bihotz on eta eskuzabaltasunez gainezka dagoen bihotz
batekin besteei laguntza mentala eta materiala ematen dien
edonork ikusiko du ematen duena itzultzen zaiola, eta hau
.da bihotzei aplikatzen zaien ekintza legea

* * *

Pertsona batek besteekiko sentitzen duenak etengabeko
bibrazioak sortzen ditu eterrean, enpatia eta adeitasun
kopuru bera erakarritik. Kalte egin diotenei barkatzen dien
horrek barkamena eta tolerantzia erakarritiko ditu bere
.buruarentzat

* * *

Telefono hautsi baten bidez hitz egin ezin den bezala,
ezin dira otoitzak eraginkortasunez eman antsietatearen,
kezkaren, atsekabearen eta munduko aintza iragankorre
atxikimenduaren mailu-kolpeek elbarritutako gogo baten
bidez. Aitzitik, gogo hori lasaitasun eta serenitate sakonaren

bidez konpondu daiteke, horrela dei espiritualak
transmititzeko eta bedeinkapenak eta ikuspegi bikainak
.jasotzeko gaitasuna handituz

* * *

Mundu aldakor, arriskutsu eta ziurgabe honetan, erabat
bakarrik sentitzen zara. Jainkoak bakarrik ez zaitu inoiz
.utziko edo zure itxaropenak zapuztuko

* * *

Jauna, egin nazazu garden garbitasunez, zure
.sendatzeko argia nire baitan islatu ahal izan dezadan
Baretu nire gogoaren ispilua, antsietatez dardarka ari
.dena, zure aurpegi infinitua isla dezan
Ireki fedearen leihoak nire ariman, zure bakearen usaina
.arnastu ahal izan dezadan
Oi, Zeure baitan distiratsua zarena! Oi, deskribaezina
den maiestatea duzuna! Begira nire begi irrikatsuetara,
!munduan Zu izan ezik ezer ez ikus dezadan

* * *

Soinu ezberdinek eragin desberdinak dituzte nerbio-
sisteman. Soinu disonanteek eragin narritagarria dute
nerbioetan, eta soinu harmonikoek, berriz, nerbio-sistemaren
ehun erlaxatuak eta atrofiatuak aktibatzen dituzte, haren
.bizi-indarra piztuz

Beraz, hitz atsegin eta leun batek, abesti inspiratzaile
batek eta arimaren santutegian xuxurlatzen den
jakinduriazko ahots batek eragin sakona eta imajinaezina
.dute giza ariman

Bizitza bidaia labur bat bezalakoa da [baso batera]
Bazkaria prestatu eta mahaian jarri bezain laster, piztia bat
sartzen da oldarraraziz, gainerako guztiak alde egitera
behartuz Jende gehienak horrela bizi da Gogor lan egiten
dute dirua pilatzeko eta zoriontasun eta segurtasun pixka
bat lortzeko, baina gaixotasunaren eta beste hondamendien
piztiak jotzen ditu, bihotzak gelditu egiten zaizkie eta alde
egitera behartuta daude Jendeak ez du horrela bizi beharrik,

amaigabeko zereginek denbora lapurtu eta esklabo
bihurtzen utziz Urte asko igaro dira modu honetan
Zailtasunek atzera ez uztea erabakitzen dutenek gainditzeko
indarra izango dute

* * *

Oro har, "janari" hitza elikadura fisikoari lotuta bakarrik
erabiltzen da, baina beste elikadura mota batzuk ere
badaude, hala nola jarduera intelektual, arreta mentala eta
jakinduria espiritual. Lehenengo motak (janaria) gorputza
elikatzen du, bigarren motak (arreta mentala) adimena, eta
.hirugarren motak (jakinduria espiritual) arima

* * *

Saiatu al zara inoiz "beste gauza" hori atzematen,
basamortuan etengabe aldatzen eta desagertzen ari den
mirari hori, zure desio guztiak bete ondoren ere oraindik
sentitzen duzuna? Gizakiek zerbaiten irrika dute hura lortu
arte, baina behin eskura dutenean, nahitaez nekatzen dira
eta beste zerbaiten irrika dute. Bizitzak pertsona bati
bihotzak nahi duen guztia ematen badio ere —aberastasuna,
boterea, lagunak—, azkenean asegabe sentituko da eta
gehiago bilatzen hasiko da. Baina badago pertsona bat inoiz
nekatzen ez den gauza bat, eta behin aurkituta, ez du beste
ezer nahi izango eta ez du beste ezergatik trukatu:
arimaren poz hutsa, norberaren txoko sakonenetan bizi
.dena

* * *

Mundua astindu eta ezegonkortu egin da historian
zehar. Gerran, mundua sufrimendu eta minaren leku
bihurtzen da milioika pertsonentzat. Benetako eta iraunkorra
den zoriontasuna jainkozko presentzia bizitzean datza, eta
ez dago zoriontasun edo irabazi handiagorik zoriontasun hori
.lortzea baino

* * *

Zergatik egiten dituzte jendeak plazer gutxi eta arazo
?asko ematen dituzten gauzak

Erantzuna "ohitura" da, eta hori da giza patuaren faktore erabakigarria Jende askok praktika kaltegarrietan jarraitzen du, eragiten duten mina eta kaltea jakin arren, ohituraren burdinazko heldulekuagatik Gameluak zuhaixka arantzatsuak jaten ditu ahotik odola atera arren Plazer-bilatzaileak bere plazeretan murgiltzen da, osasunari eragiten dioten kaltea gorabehera Alkoholak edaten ditu heriotzaraino, barneko poz espiritualaz jabetu gabe, beste plazer batekin alderatu ezin dena Pertsona zikoitzak bere zoriontasuna suntsitzen du etengabe ondasun materialen atzetik joanez, jakin gabe denbora batez hausnartuko balu, urreak ezin erosi dezakeen zoriontasuna lortuko lukeela

* * *

Zure argi santuan betiko esna egongo naiz, zure aurpegi
.bedeinkatuaren ikuspegiaz betiko gozatuz
Emozio iheskorren bidez bilatu nuen maitasuna, eta giza
maitasun mugatuaren basamortuetan ibili ondoren,
.azkenean jainkozko maitasunaren oasia aurkitu nuen
Hausnarketa espiritualak
Paramhansa Yogananda irakasle jakintsuarentzat

Jainkoa jainkozko jakinduriaren gordailua da, zeinaren zabalera mugagabea eta edukia agortezina den, eta giza
.arimak dira jakinduria hori isurtzen den bideak
Badira ubide zabal eta irekiak eta estuak eta herdoilduak. Zenbat eta ubidea handiagoa izan, orduan eta
.handiagoa eta ugariagoa da jainkozko grazia isurtzen dena

* * *

Minak ikasgai baliagarriak ditu adimentsuentzat eta ikasteko prest daudenentzat, baina mina zapaltzaile tiraniko bihurtzen da kexatzen direnentzat eta atsekabetuta
.daudenentzat

Minak ia edozer gauza irakatsi diezaguke. Bere lezioek bereizmena, autokontrola, urruntzea, moralitatea eta
.kontzientzia areagotua garatzera bultzatzen gaituzte

Adibidez, urdaileko minak gehiegi ez jateko eta
.kontsumitzen dugunarekin kontuz ibiltzeko esaten digu
Ondasunen edo maite ditugun pertsonen galerak
eragindako minak ilusioen mundu honetako gauza guztien
.behin-behineko izaera gogorarazten digu
Ekintza okerren ondorioek bultzatzen gaituzte ongia eta
gaizkia bereiztera
Baina zergatik ez du jendeak jakinduriatik ikasten?
Orduan ez lukete beren burua minaren tiranoaren diziplina
!mingarri eta alferrikakoaren menpe jarriko

* * *

Oi, ene jainkozko maitea
Unibertsoko txoko guztietan zaude presente
Lore eta arrosen bihotzean ezkutatzen da
Ilargiaren leihotik begiratzen dit
Naturaren oihalaren atzetik
Eta ilusioak ezkutatuta zeuden niregandik
Ez nazazu baztertu begi keinu batez ere

* * *

Jendeak uste du aszetismoa norbera gabetzea dela,
baina hori ez da guztiz egia. Desira txikiei utzi nien existitzen
.den altxorrik handiena lortzeko

* * *

Zoriontasunaren etengabeko bilaketan -bide
gaitzesgarri edo zuzenen bidez-, gizakia, egia esan, poz
.espiritualaren bila dabil
Bi poz mota daude: poz faltsua eta poz benetakoa
Poz faltsuaren ondoren tristura eta mina datoz,
benetako pozaren amaiera beti da zoriontsua, nahiz eta
.hasiera tristea edo etsigarria izan
Jainkoa da betiko poza, eta bilatzaileak aurkitzen
duenean, bilatu eta bilatu duen beste gauza hori aurkituko
du, gelditu gabe, zoriontasuna ekarriko ziotela uste zuen
.desio horiek lortu ondoren ere

Beti berritzen ari den poz honetan, bilatzaileak beste
gauza guztietan bilatzen zuen zoriontasun guztia aurkituko
.du

* * *

Biharkoa gaurkoak zehazten du, beraz, nire bizitza
aztertuko dut eta zer den ulertuko dut, eta gero izan
beharko lukeen bezalakoa izan dadin moduak asmatuko
.ditut

Gaur ekimenaren espiritua landuko dut, ekimena
hartzen duena meteoro zulatzaile baten antzekoa baita,
.ezerezetik zerbait sortzen duena
Ezinezkoa posible bihurtzen du sormen-espiritu
handiaren botereari esker

* * *

Jainkoaren boterea nire izatearen atomo guztietan,
zelula bizidun guztietan, nerbio guztietan, garunean eta
.ehunetan dago
Ondo nago, botere bedeinkatu horrek nire gorputzeko
atal guztiak zeharkatzen dituelako

* * *

Bakea mantendu eta bere betebeharrak lasai betetzeko
gai denak bere burua konektatu du existentzia betetzen
.duen bakeak duen espiritu unibertsalarekin
Bizitzako gertaerak gogorrak izan arren, eta
esperientziak zailak izan arren, egoera psikologikoak
lasaitasuna islatu behar du eta adimenak oreka mantendu
.behar du

Ez porrot izugarriak ez luke arimaren oinarriak astindu
.behar, ezta arrakasta bikainak ere poztu behar
Lasaitasuna eta konposaketa erakusten duenak -
benetan, itxurak egin gabe- benetako lasaitasunaren eta
bakearen kostaldera iritsi da, kanpoko eraginek asaldatu
.ezin dezaketena

Hobera aldatu nahi duenak borondate sendo, isil eta
lasaia garatu behar du, eta ez du amore eman erabaki onak
.hartzeko orduan

Zoragarria da Jainkoaz pentsatzea jardueran zehar eta
.praktika hau eguneroko bizitzaren parte bihurtzea

* * *

Ikasteko irrikaz dauden batzuek bidea distantzia
laburrean egiten dute, gero ilusioa galtzen dute, norabidea
aldatzen dute eta erabakiak ahazten dituzte
Beste batzuek ahal duten guztia egiten dute bidaiarekin
jarraitzeko, noizean behin ohitura zaharrei amore eman
arren, baina hala ere ibiltzen eta ahalegina egiten jarraitzen
dute, beraz, beren joerak findu egiten dira, eta egunak
aurrera joan ahala indartsu, osasuntsu eta energetiko
.bihurtzen dira

* * *

Pentsamendu positiboak jainkozko botere ikusezin hori
ikustera eramaten du, zeinak adimen-irteera txikiak eta
zentzumen-pertzepzio mugatuak zabaldu ditzakeen, eta ongi
handienaren distirak ikusi, eta zabalera mugagabeko leiho
handi bat ireki, zeinaren bidez jainkozko presentzia bere
.distira eta ugaritasun osoan ikus daitekeen nonahi
Lasaitasuna da mundu osoak behar duena, batez ere
kontenplazioaren bidetik doazenek eta horizonte espiritual
.altuetara iritsi nahi dutenek
Isil-isilik eta bakean egiten diren ahalegin espiritualak
normalean eraginkorrak eta emankorrak dira, mugimendu
fisikoak gelditzen direnean, pentsamenduak aktibo bihurtzen
.baitira eta energia espiritual lozorrotuak esnatzen baitira

* * *

Ez genuke gure akatsengatik etsipenik edo frustraziorik
sentitu behar, baizik eta gure esperientzien alde onari
begiratu eta horietatik ikasi behar dugu beti. Eta gertatzen
dena gertatzen dela, Jainkoarengana jo beharko genuke
.laguntza eta gidaritza eske

* * *

Dizipulu berri batek uste zuen irakaspen espiritualak
ikasketa teorikoen bidez soilik uler zitzakeela, eta gainera,
beste batzuei irakasteko ere gogotsu zegoen, beraz,
:Paramhansa irakasleak esan zion
Kontzientzia espiritualak ez da kanpoko txertaketa bat"
(landare bat bezala), baizik eta barnetik datorren hazkundera
"eta garapena

* * *

Mezu hau Paramhansa Yogananda maisuak bere ikasleei
zuzendu zien 1944ko urtarrilean, Yogi baten Autobiografia
liburua idazten ari zela . Liburua 35 hizkuntzatara itzuli da
eta duela 70 urte inguru argitaratu zenetik inprimatzen eta
.ezagun egiten jarraitzen du
:Nire lagun maiteak

Aukeratzeko askatasuna, neurri handi batean, mota
guztietako nahiak, desirak, asmoak eta borondateak osatzen
du. Hala ere, bereizketa egin behar da benetako aukeratzeko
.askatasunaren eta haren adierazpen txikiagoen artean
Gure ahaleginak, gure indarra eta gure ekintza fisiko,
moral eta espiritual guztiak borondatearen bidez hasten eta
.funtzionatzen dute etengabe
Borondate-indarra etengabeko erabakitasun irmoaren
eta desio baten inguruan zentratutako jardueren zikloetan
datza, nahi den emaitza lortzeko behar adina indar lortu
.arte

Idazten ari naizen liburutik ikasgai bikaina ikasi dut,
lehen idatzitakoa berrikusi gabe idazten bainuen, baina nire
autobiografiaren paragrafo guztiak berrikusi behar izan
nituen eta gustura itzuli nintzen liburua berriro arakatzen
.nuen bitartean proba zoragarri horietara
Bizitza honetan abentura asko izan ditut, hitzaldiak
eman, eraikinak eraiki eta margotu ditut, eta nire
arrakastaren sekretua beti izan da borondatea

Borondatearekin egiten saiatu naizen guztia lortu dut,
eta ziurtatzen dizut zerbait egiteko erabakia hartzen baduzu,
.Jainkoaren laguntzarekin lortuko duzula
Jainkozko poza besteekin partekatu beharko genuke. Ez
dago Jainkoaz bihotzez hitz egitea baino gauza
.zoragarriagorik

Bekatuaren bideak heriotzaren haranera eramaten
duela eta meditazioaren eta jainkozko legeekiko
egokitzearen bideak betiko bizitzara eramaten duela norbait
konbentzitzen baduzu, milioi bat dolar eman izan bazenio
.baino gehiago aberastuko diozu bizitza
Dirua iheskorra da, baina Jainkoaren ezagutza gurekin
geratzen da eta hurrengo mundura laguntzen digu.
Horregatik, poz handia sentitzen dut norbait Jainkoa
ezagutzeko ahalegina egiten eta ahal duen guztia egiten
.ikusten dudanean

Munduan gauza asko planifikatu eta egin arren,
Jainkoari atsegin emateko egiten dut. Lanaren eta eskaeren
zalapartan ere, xuxurlatzen dut: "Non zaude, Jauna?" eta
.mundu osoa aldatzen da eta argi handi bat ikusten dut
Burbuila txiki bat naiz ozeano argitsu horretan, eta zer
!poz handia

* * *

Ez ditugu gure pentsamenduak bizitza honetako gauza
triste eta ikaragarrietara mugatu behar. Jakinduriak eskatzen
digu gure pentsamenduak eta sentimenduak aldatzen edo
.eraldatzen ez den betiko jainkozko boterera zuzentzea
Ez pentsa zeure burua ahul eta ahultzat, zure garunak
energia kopuru izugarria gordetzen baitu hiri handi bat bi
egunez hornitzeko adinakoa, eta hala ere, nekatuta zaudela
!?diozu

Arrakasta lortzeko ahalegina egiten duzunean,
aprobetxatu eskuragarri dauden aukera guztiak besteak
baztertu gabe

Behin Bostonen kale batetik nindoala, oinezkoentzako
kalearen aldea oinezkoz beteta zegoen, eta ia denak nire
aurrean zeuden, beraz, zaila zen inor aurreratzea. Hala ere,
nire artean erabaki nuen jendetzaren aurrean egongo
.nintzela inor bultzatu gabe

Aukerak bilatzen hasi nintzen, oinezkoen artean tarteak
bilatzen, eta horiek erabili nituen nahi nuena lortu eta
.jendetza artean lehenengoa bihurtu arte, inor pilatu gabe
Orduan esan nuen: "Ongi da, orain nire aurretik joan
."daitezke nire asmoa lortu ondoren

* * *

Jainkoa osasunaren, oparotasunaren, jakinduriaren eta
betiko pozaren iturria da

Harekin konektatzen garenean, gure bizitzak osoak
bihurtzen dira, eta Hari gabe, bizitza osatu gabe geratzen
.da

Jar diezaiogun arreta bizitza, gaitasuna eta jakinduria
ematen digun jainkozko indar ahalguztidun horri
Otoitz egin dezagun egia handi hau gure bizitzetan isuri
dadin

Eta betiko botere hau gure gorputzetan zehar isur dadin
Eta etengabeko poza gure bihotzetara etor dadin

* * *

Begi itxien iluntasunaren atzean unibertsoaren indar
miragarriak, arima on bedeinkatu guztiak eta mugarik edo
.amaierarik ez duen betiko existentzia daude
Kontenplazioaren bidez egia absolutua ezagutzen dugu
eta haren lan ezkutuak ikusten ditugu gure bizitzetan eta
.sorkuntzaren mirari guztietan

Dizipuluak nahi bezala aurrera egiten ez duela ikusten
badu, bere buruarekin egon beharko luke, bere
pentsamenduak aztertu eta bidean dauden oztopoak
.identifikatu

Askotan, arrazoia benetako ahalegin falta eta buru
despistatua izaten da. Maiz, oztopoak bizitzaren lorategitik

errotu behar diren ohitura sakonetatik datoz,
zoriontasunaren sustraiak arimaren lurzoruan hazi eta loratu
.daitezen

Ez presarik egin gauza handiak egiteko zure borondatea
garatu nahi duzulako bakarrik

Arrakasta izateko, lehenik zure borondatea probatu
behar duzu egin ezin zenituzkeen gauza txiki batzuekin.

.Ahalegina egiten baduzu, arrakasta zurea izango da
Oraindik gogoratzen ditut lagunek eta besteek inoiz
lortu ezin izango nituzkeela esan zizkidaten helburu guztiak,
.baina lortu nituen

Asmo onak" dituzten pertsona hauek kalte handia"
eragin dezakete beren iritziekin; Jainkoak babestu gaitzala
.haietatik eta haien aholkuetatik

Laguntasunak eragin handiena du borondatearen
indarrean. Lasaitasunaren santutegian mediatu beharrean
festa zaratsuetara joateak adimena kutsatzen du munduko
.bibrazioen hautsez, hain trinkoa ezen zaila baita kentzea

Pertsona baten borondatea, nahitaez, indartu edo

.ahuldu egiten da bere lagunen eraginagatik

Borondatea norberaren ahaleginaren bidez bakarrik
garatzea oso zaila da. Imitatzeko adibide ona behar duzu.

Margolari izan nahi baduzu, bizi pintura onen artean eta
elkartu margolariekin. Pertsona espiritual bihurtu nahi

baduzu, egin adiskidetasun izaera nobleko pertsona
.espiritualekin

* * *

Bere kontzientzia nola zabaldu eta infinitu absolutuan
nola eraldatu zekien gizaki bikainak sorkuntza amets
kosmiko gisa hauteman dezake, materia existitzen ez dela
.ziurtasunez esan dezakeen bezala

Autodiziplina etapa luzeen bidez eta meditazioaren

bidea edo maitasuna, zerbitzua, altruismoa eta
berekoikeriatik urruntzea bezalako beste errealizazio
espiritual metodo batzuk jarraituz, Jainkoaren bilatzaile

sutsuak dualtasunak desegiten ditu eta existentziaren betiko
.batasuna lortzen du

* * *

Maitasuna ez da emozio bat bakarrik; esentzia oso
erreal da. Eta kontzienteki zuzentzen denean, bere bidea
.aurkitzen du —akatsik gabe— bere helburura
Maitasuna ere botere handia da. Bilatzaileak Jainkoa
aurkitzeko modu asko proba ditzake, baina ez du aurkituko
.bere irrika handiena eta desio sakonena adierazi ezean

* * *

Pertsona bat bere gogoak konbentzitzen duena
bihurtzen da. Zure borondatea sendoa bada, bizitzako
.borrokan garaituko zara
Zenbat eta gehiago arreta jartzen duen gogoak gauza
iragankorretara, orduan eta ahulagoak bihurtzen dira bere
ahalmenak, eta zenbat eta gehiago berresten duen arimaren
izaera espirituala, orduan eta espiritualagoa bihurtzen da eta
.bere ahalmenak berritzen dira

* * *

Munduak gorabehera eta gorabeherak izaten jarraituko
ditu, beraz, nora joko dugu gidaritza eta norabide bila? Ez
gure kontzeptu alboragarri eta aurreiritzietara, baizik eta
.gure baitako egiaren eta gidaritza ahotsera

* * *

Materia eta adimena, unibertsoa bere izar eta
planetekin, gainazaleko uhin trinkoak, materialaren
sorkuntzaren azpiko korronte sotil eta gardenak,
sentimendu, borondate eta kontzientziaren giza ahalmenak,
bizitza eta heriotza, eguna eta gaua, osasuna eta
gaixotasuna, arrakasta eta porrota, errealitateak dira amets
kosmiko hau gobernatzen duen erlatibitate legearen
.arabera

Erlatibitatearen legeak hautematen dituen dualtasun
guztiak errealak dira amets kosmiko handian bere zati txikia
.betetzen duen gizaki ameslariarentzat

Gizakiak ilusioen menpetik -erlatibitatearen legetik-

ihes egiteko, ametsetik esnatu behar du betiko esna-
.egoerara

Ezin dugu ametsa irudimenaren bidez edo haren
existentzia ukatuz aldatu, edo "bizitza" onartuz baina
"heriotza" baztertuz, edo osasuna aitortuz baina gaixotasuna
.alde batera utziz

Kasu bakoitza bere aurkakoaren zati bat da, ehun bakar
.baten bi aldeak bezala

Dualtasunak txanpon beraren bi aldeak dira, eta egiaren
bila dabilenak ez ditu bere buruan bereizten saiatzen, baizik
eta haien gaineratik altxatzen da jakinduriarekin eta ezagutza
.ziurrarekin

* * *

Jainkoaren maitasunak goratzen gaitu eta gure
ulermena zabaltzen du Ezin dut pentsatu gorputz honetara
bakarrik mugatuta nagoenik, gorputz guztietan nagoela
.sentitzen baitut

Nire kontzientzia nire gorputzeko atal guztietan
sentitzen dudana bezala, zuek guztiok nire parte zaretela
sentitzen dut, eta izaki bizidun guztiak nire gorputz
kosmikoaren barruan daudela sentitzen dut, eta guztion
.sentsazioak bizi ditut

Hau ez da pertzepzio edo irudimen bat, autoezagutza
baizik. Kontzientzia hau gogo-irakurketa truke bat baino
gehiago da; guztion sentimenduen kontzientzia da, eta
.egoera horri kontzientzia kosmikoa deitzen zaio

Kontzientzia hori zure baitan sortzen denean, "niaren"
kontzientzia desagertzen da, eta izaki guztiak jainkozko
.bizitza bakar batek blaitzen dituela sentitzen duzu

* * *

Mundu hau arraroa da, bertan dagoen guztia aldaketa
eta eraldaketaren menpe baitago, eta horregatik, pertsona
batek ez luke bere zoriontasunaren ontzia mundu honen
.ertzean ainguratu behar

Bizitza honetan sufritzen ari zaren edo oparotasunaz eta
botereaz gozatzen ari zaren, zure kontzientzia aldatu gabe
egon behar da. Buruko oreka lortu badezakezu, ezerk ez dizu
.kalterik egingo

Pertsona handi guztien bizitzek erakusten dute
bedeinkatutako egoera hori lortu zutela. Munduko
zoriontasuna lortzean itxaropena dutenek arazo asko izango
dituzte zain, amesgaiztoek askotan amets ederrak izaten
.baitituzte

Ametsa amets bat besterik ez dela uste baduzu,
atsegina edo beldurgarria izan, bakean sentituko zara, eta
bizitza hau ere amets bat dela konturatzean, bere
.amesgaiztoetatik askatuko zara

* * *

Pertsona batek poztu egin beharko luke bizitzako
hutsalkeria eta negatibotasunaren gainetik altxa
daitekeelako, eta -pentsamendu positiboekin- arrakastaren
elementuak erakartzen dituzten baldintza egokiak sor
.ditzakeelako

Umore larri eta aldakorak arimaren bakea karraskatzen
duen minbizia bezalakoak dira, eta umore tristea dutenek
.ezin dituzte beren arazoak kendu

Baina ohitura txarrak eta arazoak pentsamendu lasai
eta arrazionalarekin gaingitu daitezke. Ohitura kaltegarri bat
duen norbaitek agerian uzten duenean, porrota onartzen ari
.da

* * *

Jauna, munduko tentazioak zure jainkozko
maitasunarekin alderatu ditut eta zure maitasuna edozein
.tentazio edo sedukzio baino indartsuagoa dela aurkitu dut

* * *

Olioak sua distiratsuagoa egiten duen bezala, haserreak
haserrea elikatzen du eta areagotu egiten du, eta tratu
zakarrak besteak beren portaera zakarra jarraitzera

bultzatzen ditu eta burugogorragoak eta zurrunagoak
.bihurtzen ditu

Pertsona lasai eta leun batek haserrea baretzen du
lasaitasunez, desadostasunaren ekaitza baretzen du
isiltasunera joz, eta desadostasuna eta gatazkak uxatzen
ditu hitz gozo eta leunekin eta besteen sentimenduak
.kontuan hartuta

* * *

:Paramahansa irakasleak egiaren inguruan esan zuen
Inork ez sinesten badu ere existitzen da, teoriak, berriz,"
"ideiekin eta hitzekin babestu behar diren bitartean

* * *

Maitasuna izan beharko litzateke munduaren jaun eta
jabe

* * *

Zuregana nator nire pozaren abestiekin
Eta nire arimaren altxorretik altxorrak ekarri dizkizut
Eta bihotzaren sakonean, jainkozko irrika nektarra
biltzen dut zuretzat
Egarriz lehor egon naiz itxaropen faltsuen basamortuan
Baina orain nire nahiak betiko itzali dira
Zure iturri ugarietatik edaten duelako
Zure lurrin sakratuaren xuxurlak niregana isurtzen dira
Nire zoriontasun kandela zure pozaren argiarekin
distiratzten da

Ia hil nintzen lurreko oasien mirariaren erdian
Eta orain zure espirituaren uhinek gainezka egiten
didate

Ai, zure jainkozko ozeanoan ito eta betiko bizi ahal
izango banintz

* * *

Buruko horizonte eguzkitsuek izpi ultramoreak dituzte,
bakterio psikologiko guztiak ezabatzen dituztenak. Ez
blokeatu izpi horiek ikuspegi estu eta mugatuko beirazko
.hesi batekin

* * *

Ez da zatiketarik egon behar Jainkoaren etxean

* * *

Besteekiko dugun maitasuna zure eskuzabaltasunetik
jasotzen dugun maitasuna sentitzearen indarrari esker da
.posible, Jauna

Inspiratu gaitzazu, beraz, gure maitasun handiena eta
!irrika sutsua eskaintzera

Aita eta amak, anai-arrebak, seme-alabak, lehengusuak
eta bizitzako bikotekide bat eman dizkiguzu
Haurrak eta lagunak, agian ikas dezakegu nola maitatu
adierazpen desberdinekin eta giza harreman mota
.guztietarako desberdintasun natural sotilekin

Oi, betiko maitea, oi, Goi-goiko hurbila! Irakats iezadazu
giza maitasunaren lore guztien sorta bat ehuntzen eta
.eskaintza gisa jartzen zure tenplu bedeinkatuan

Baina, nire leialtasun askorengatik, ezin badizut lore-
sorta osoa eman, lore bat aukeratuko dut, lorerik finena eta
freskoena, eta zure oinetan jarriko dut, niregandik onartuko
!duzulakoan

* * *

Itxura fisikoak, batez ere begiek, gutxi gorabehera
pertsona bat iraganean nolakoa zen erakusten dute. Barne-
.niak kanpoko itxuran eragin handia du

Pertsona baten begiak dira bere ezaugarri fisikorik
garrantzitsuena, eta ahalegindu behar da begiak ederrak
?izan daitezen. Nola egin daiteke hori

Gure begiek gure barne izaera argi erakusten dute, eta
begien itxura eta adierazpenak edertzeko modu bat barne
.pentsamendu eta sentimendu ederrak lantzea da

Begi batzuk oso krudelak dira, eta beste batzuek
.gaiztakeria edo berekoikeria islatzen dute

Pertsona baten hitzak zein gozoak iruditu eta haren
ekintzak zein zoragarriak izan arren, zehazki jakin dezakezu

zein den haren benetako izaera haren begi-espresioen bidez,
.ezin baitira bi leiho ireki horien atzean ezkutatu
Beraz, pertsona batek pentsamendu eder eta sortzaileak
izan behar ditu. Eta Jainkoaren irudian sortuak direnez, ez
.dute eskubiderik beren barne bizitza hondatzeko
Bakea, lasaitasuna eta maitasun zintzoa islatzen duten
begi ederrak landu behar dira lasaitasuna, maitasuna eta
.bakea garatuz

Metodo honen bidez bakarrik landu daiteke itxura
fisikoaren muga eta muga guztiak baino indartsuagoa den
.magnetismo espirituala

* * *

Arazo baten azterketa sakona egin eta arazo horrekin
lotutako alde onak eta txarrak identifikatu ondoren, erabaki
sendo bat hartzen dugunean, eta gure borondatea
aktibatzen dugunean, aldatzea ezinezkoa diruditen aldaketa
.asko egin ditzakegu gure bizitzan
Borondate askea existitzen da, eta existituko ez balitz,
inork ezingo luke barne eta kanpoko ingurunearen
eraginetatik ihes egin, hazkundera mugatuko litzateke,
sormen-jardueren esparrua murriztuko litzateke eta
ezinezkoa izango litzateke gizakiarentzat garatzea eta maila
.primitibotik gora igotzea

Gizarte-sistema berrien kontzeptuak eta erakunde-lan
independenteari lotutako ideia aurrerakoiak, aurkikuntza
zientifiko aurreratuetan erabilitako metodoek, ikerketa eta
ikasketa arlo anitzek eta jarduera literario sortzaileek,
guztiek berresten dute gizakiak aukera askatasuna
erabiltzeko duen gaitasuna arlo guztietan, Jainkoaren
.laguntzarekin eta borondatearen indarrarekin

* * *

Hizkera diziplinatua eta haserre eta erresumina
askatzeak pertsona bat bere burua kontrolatzen eta
errespetatzen laguntzen du etxean. Horrek barne hartzen du

familia-gatazkei zentzuz eta arrazionalki aurre egitea edo
.besteak hitz atseginekin lasaitzea
Garaipenaren eta baita heroismoaren seinale da,
.aurkarien beraren arabera ere

* * *

Ulrmena bizitzako altxorrik preziatuena da. Barne
ikuspegia da, pertzepzio intuitiboa, zeinaren bidez geure
buruari eta besteei buruzko egia jakin dezakegun eta gure
bidean datozen egoera guztiei nola aurre egin, gure jarrerak
eta ekintzak behar den moduan egokitzen laguntzen digun
.bezala

Mundu honetan, gure ulrmena askotan mugatua da,
eta gure ikuspegi mentala lainotuta dagoenean, ezinezkoa
.da gauzak aurreikustea eta haien ondorioak ezagutzea
Gure ekintzen ondorio posibleak aurreikusteko gai ez
garenez, askotan erabaki okerrak hartzen ditugu
Mundu honetan bakean bizitzeko, gure inguruneaz eta
inguruaz guztiz jabetu behar dugu, eta zein norabidetan
.goazen jakin behar dugu
Gure egungo ekintzen arabera etorkizuneko bizitza
nolakoa izango den esaten digun barne-zentzu hori izan
.behar dugu

* * *

Adimena pertzepzio zuzenaren goldearekin goldatu
behar da, bere lurra lehorra eta gogorra baita, eta bere lurra
baikortasunez eta irekitasunez hezetu behar da, eta
fedearen haziak bertan landatu eta haziak borondate onaren
urarekin ureztatu behar dira, jainkozko borondatearekin
.harmonian

* * *

Dizipuluetako batek Paramahansa irakasleari galdetu
zion jainkozko maitea azkar eramango zion otoitz bati buruz,
:eta irakasleak esan zuen
Jainkoak zure bihotzeko meategi sakonean dauden"
"otoitzaren altxor ezkutatuak baino ez ditu nahi

* * *

Nork eman zigun maitatzeko gaitasuna? Jainkoak
Beraz, nork merezi du gure maitasuna beste edozer
baino gehiago? Jainkoa
Ez dago benetako maitasunik Jainkorik gabe, Jainkoa
.maitasuna baita

* * *

Ez dugu ahaztu behar Jainkoa dela gure hornitzailea eta
benetako oparotasuna ez dela neurtzen dugunaren arabera,
.baizik eta borondatearen bidez lor dezakegunaren arabera

Zoriontasunak desioak murrizteko eta funtsezko
beharrak asetzeko gaitasuna garatzeko ahalegina egitea
eskatzen du, eta baikorra izatea baldintzak Jainkoaren
laguntzarekin hobetuko direlakoan, oztopo eta eragozpen
.guztiak izan arren, zailak izan arren

* * *

Jakinduriaren ahotsak bibrazio espiritual altuekin
harmonian dauden bihotz on guztiei hitz egiten die, eta
airean zehar dabil bakea, maitasuna eta ezagutza sublimea
.bilatzen dituzten ideia harmoniatsuen bila

* * *

Gure bihotzak aleak dira, eta maitasuna gure bihotzak
elkarrekin eusten dituen jainkozko arrosarioaren haria da

* * *

Ez utzi zure ondasunek zugana eramaten

* * *

Oraindik gogoratzen ditut nire irakaslearengana etorri
eta gero alde egin zuten ikasle asko, ulermen zuzena ez
.zutelako

Neure buruari esan nion: "Asko etorriko dira eta asko
."joango dira, baina nik tinko eutsiko diot amaierara arte
Nire irakaslea gizon zorrotza eta adeitsua zen, eta askok
ezin izan zuten haren jakinduria bikainaren distira jasan eta
:monasteriotik alde egin zuten, baina egun batean esan nion

Badago inoiz utziko ez zaituen norbait, eta pertsona"

"hori ni naiz

Pozten naiz nire promesa bete izanaz, haren gidaritza
espiritualak begiak ireki eta Jainkoaren argiarekin argitu
.baitzidan nire adimena

* * *

Gogoratu Jainkoaren plazerra dela gauzarik handiena.

Mundu osoa zurekin pozik badago, baina Jainkoaren faborea
ez baduzu, haizeari heltzen edo errautsak putz egiten dituen
norbait bezalakoa zara. Baina mundu osoa zurekin edo zure
aurka haserre badago, baina Jainkoaren faborea baduzu,
orduan zuk duzu kontrolpean eta denaren jabe zoriontsua
.zara

* * *

Gure bizitzak Jainkoaren menpe daude erabat, eta
Harengana jotzen badugu eta haren laguntzan konfiantza
badugu, bidea erakutsiko digu eta gure arazoei aurre egiteko
.eta zailtasunak kentzeko bide egokira gidatuko gaitu

* * *

Jainkozko Eskultorea

Nire bihotzaren taupada bakoitza izan dadila
Hitz berri bat "Zureganako nire betiko maitasuna"

poeman

Eta nire ezpainen ateratzen duten soinu bakoitza
helarazi dadila

Zure ahots santutik datozen bibrazio bedeinkatuak
Nire pentsamendu guztiak zure presentziaren pozez
bete daitezela

Nire nahia zure jainkozko bizitasunaz kargatuta egon
dadila

Apaindu nire pentsamendu, adierazpen eta nahi guztiak
zure graziarekin

O eskultore jainkotiar santu-santua
Moldatu nire bizitza zuk egoki ikusten duzun moduan
Zure diseinu bereziaren arabera

* * *

Jainkoak erantzuten digu ahalegina egiten dugunean,
eta orduan konturatuko gara benetan existitzen dela, gure
otoitzak entzuten dituela eta gure nahiak betetzen dituela.

Berarengan etengabe pentsatzen eta meditatzen dutenek
bere presentzia santua sentituko dute eta bere argi
.bedeinkatua ikusiko dute

Zintzotasunezko nahia eta erabaki irmoa duenak,
ezinbestean, bere helburua lortuko du, iraganeko akatsak
gorabehera, baina akats horietan jarraitzea norberaren
aurkako bekatu handia da, akats bat egiten duenak
.benetako zoriontasunaz gabetzen baitu bere burua
Gizakiak bere buruari kalte edo onura egiteko ahalmena
du, eta aukera du ezjakintasunaren inurriak urrun edukitzea,
.hozka egin eta gogaikarri ez daitezen

Pertsona batek zoriontsu izan nahi ez badu, inork ezin
du zoriontsu egin, eta ez luke Jainkoa bere zorigaitzaren
.erruduntzat jo behar

Jainkoak gure borondatea erabiltzeko askatasuna eman
ez baligu, gure miseriaren erantzule izango litzateke, baina
askatasun hori eman zigun, eta gu gara gure bizitzak
.aukeratzen dugun bezala moldatzen ditugunak

* * *

:Isiltasunaren esanahi sakonagoa

Dizipulua beldurraren, gaixotasunaren eta bestelako
arazoen munstroek jazartzen dutenean, lasaitasunaren
.santutegia bilatzen du bere baitan

Espiritualki esnatu den pertsona egunez eta gauez
lasaitasun gotorleku batean bizi da, kezka eta
atsekabeetatik babesgabea, eta munduko izugarrikeriak ezin
.du hura hautsi

Isiltasunaren santutegian sartzen direnek Jainkoa maite
duten beste arimekin komunikatu daitezke, arrosen eta izaki
.bizidun guztien hizkuntza uler dezaketen bezala

Zenbat eta sakonago egon dizipuluaren isiltasuna,
orduan eta handiagoa da haren zoriona
Pentsamenduaren leihoen atzean ezkutatuta dagoen
poza, isiltasunaren sakonean arakatu eta aurkitu behar
.dena, deskribaezina den poza da

* * *

Zibilizazioa lorategi bat bezala ikusten dut, non giza
ezaugarri mota guztiak ernetzen eta loratzen ikusten
.ditudan
Erle baten antzera, nire gogoak ezaugarri onen loreak
bilatzen ditu
Erlea ezti mota onenak bil ditzakeen loreetara bakarrik
joaten da

Era berean, erlea imitatu beharko genuke, nektar
gozoena bakarrik edaten baitu. Horrek esan nahi du
besteengan ikusten ditugun ezaugarri eta bertute onak
.xurgatzen saiatu behar dugula
Jainkoa arima hartzaileetara isurtzen den eta ontasunez
eta gozotasunez betetzen dituen ezti bedeinkatua da

* * *

Bere ikuspegia zabaldu nahi duenak sekta, kolore,
arraza eta fanatismo itsuaren kontzientzia gaintitu behar du,
eta autokontrola praktikatu, jatorra eta atsegina izan, eta
neurritsua izan janarian, edarietan eta beste plazer
.batzuetan

Bere kontzientziak onartzen dituen eta lasaitasuna
ematen dioten gauzak egin behar ditu, egia esan, ez lapurtu,
ez besteak engainatu, ez osasunari kalte egiten dioten eta
bizitasuna agortzen dioten plazerretan murgildu, eta
beldurretik, haserretik, gutiziatik, inbidiatik eta obsesio
.kezkagarrietatik urrun egon

Eta beroa, hotza eta bestelako zailtasunak asaldatu
gabe jasaten trebatu behar duela eta Jainkoarengan
konfiantza sendotu behar duela, beldur eta gaitz guztietatik
.babeslekurik handiena baita

Nire irakaslearen eta nire arteko harremana perfektua
 eta zoragarria zen. Gida espiritualaren eta dizipuluaren
 .arteko harremana maitasuna da bere zentzurik gorenean
 Behin, bizitza monastikoa utzi nuen Himalaian Jainkoa
 arrakastaz bilatu ahal izango nuela pentsatuz, baina oker
 ...nengoen eta sentitu nuen alde egin bezain laster
 Egun batzuk geroago itzuli nintzenean, irakasleak inoiz
 utzi ez banu bezala tratatu ninduen. Errieta egin beharrean,
 ohi bezala agurtu eta lasai esan zidan: "Ea zer prestatu
 ."dezakegun gaur goizean gosaltzeko
 Beraz, esan nion: «Baina ez al zaude haserre nirekin,
 «?jauna, alde egin dudalako
 Hark erantzun zuen: "Noski ezetz, ez dut ezer espero
 besteengandik, eta beraz, haien nahiak ezin dira nireekin
 gatazkan egon. Ez zaitut ustiatuko onura pertsonalerako, eta
 ."ez dago zure zoriontasuna baino pozgarriagoa naizenik
 Lehen aldiz, norbaitek benetan maite ninduela sentitu
 !nuen
 Aitaren negozioak kudeatzen aritu izan banintz eta lana
 utzi izan banu, haserre bizian jarriko zen nirekin. Adibidez,
 lan eskaintza errentagarri bati uko egin nionean (nire aita
 zuzendaria zen enpresa batean), zazpi egunez ez zidan hitz
 .egin
 Nire aidak maitasun aitatsu zintzo batez maite ninduen,
 baina maitasun itsua zen, diruak zoriontsu egingo ninduela
 .uste baitzuen, baina diruak nire zoriona suntsituko zuela
 Denbora batzuk geroago, hezkuntza integraturako nire
 eskola sortu nuenean, aidak iritziz aldatu eta esan zuen:
 .""Pozten naiz lan hori ez onartu izanaz
 Aldiz, nire irakaslearen jarrera guztiz bestelakoa zen,
 monasterioa utzi nuen arren, nirekiko maitasuna ez baitzen
 .aldatu, eta ez zidan errietary egin

Zure sorkuntzaren iraganaren, orainaren eta
etorkizunaren ohean denbora gehiegi eman dut, Jauna, eta
ni - betikotasunaren seme-alaba - antsietatea sentitu dut
Behin eta berriz borrokatu nintzen, baina alferrik. Hala
ere, azkenean lortu nuen ohetik salto eginez, erlatibitate
engainagarriaren hesiz inguratuta, eta zuk zure eskuetan
.hartu eta betiko bakearen doinuekin kulunkatu ninduzun
Betikotasunaren seme-alaba naiz - zure betikotasuna,

Jauna

Burua zure existentzia osoaren bularrean jartzen dut

* * *

Paradisuko hegazti bat naiz: zure esku bedeinkatuek

landutako zeruko hegazti bat

Graziaz eta kolore ederrez apaindu ninduen:

samurtasunaren lumaz eta loraldi espiritualaren urrezko

.lumaz

Bizitzaren giro ilun eta zimurtsuan gora hegan egin nuen

zoriontasun paradisu baten bila, eta nire luma distiratsuak

.etsipen orban ilunez zikindu ziren

Zatoz, ene Jainkoa, eta garbitu zure paradisuko txoria

jakinduriaren izpiekin eta bakearen ur garbi eta gozoekin

* * *

Bi ordutan jaio, ugaltu eta hiltzen den bakterio mota bat

.dago

Proba mota hau egun erdian edo gizaki batek laurogei

urtera arte luzatu daitekeen denbora-tarte luze batean

.probatzeko behar duena baino gutxiagoan egin daiteke

Bizi garen hirurogeita hamar edo laurogei urteak

betikotasuneko une labur bat baino ez dira. Ikuspegi erlatibo

batetik, guri gertatzen zaigun guztia goian aipatutako

bakterioei gertatzen zaien abiadura berean gertatzen da.

Betikotasuneko une labur bakoitzean, urte asko igarotzen

dira gizakiaren kalkuluen arabera. Beraz, denbora oso

.preziatua da alferrik galtzeko

* * *

Pertsona batek ez luke bere kontzientziak onartzen ez
duena egin behar, eta bere buruaren jaun izan behar du.
Behin bere pentsamenduen, sentimenduen eta ekintzen jaun
direla konturatzen denean, ezerk ezingo dio kontrolatu edo
.eragin

* * *

Buruak eragin handia badu ere gorputzean, ez da
zentzuzkoa gorputza alde batera uztea
Pertsona batek janari osasuntsu egokia jan beharko
.luke, janari osasungaitza baino lehen
Zure inguruabarrek urduri jartzen zaituzten pertsonekin
bizitzera behartzen bazaituzte, komeni da noizean behin
ingurunea aldatzea. Baina are hobeto da zure egoera
psikologikoa aldatzea, besteen ekintzek ez zaitzaten
molestatu. Aldatu zeure burua, eta orduan bakean eta
.zoriontasunean bizi ahal izango zara edonon

* * *

Mundua, oro har, eroetxe baten antzekoa da. Batzuek
jeloskortasuna eta inbidia pairatzen dituzte, beste batzuek
haserrea, gorrotoa eta lizunkeria. Beren ohitura eta
emozioen biktima dira. Baina zuk bakea sor dezakezu zure
.inguruan

* * *

Emozioek ondorio nabarmenak dituzte gogoan eta
gorputzean. Inbidia eta beldurrak aurpegia zurbil
.agerrarazten dute, maitasunak, berriz, distiratsu

* * *

Lasai egon zaitezkeenean, beti izango zara zoriontsu
Hobera aldatzea erabakitzen duzunean, gogoratu
konpainia ona eta eragin nobleak oso garrantzitsuak eta
.ezinbestekoak direla zure helburua lortzeko
Ingurunearen eragina -ona edo txarra- borondatea
baino indartsuagoa da, beraz, kontuan hartu hori besteekiko
.harremanetan eta interakzioetan
Autoanalisia ere beharrezkoa da autohobekuntzarako

Ausardiaz eta beldurrik gabe zeure burua aztertzen
baduzu, besteen analisiari aurre egin ahal izango diozu eta
.haien kritikak ez dizu eragingo

* * *

Norbaitek esan lezake: "Ez zait axola plazerra edo
zoriontasuna, zerbait lortzeko bizi naiz arrakasta lortzeko,
."adibidez

Beste batek esan lezake: "Mundu honetan ongia egin
."nahi dut, nahiz eta min eta sufrimenduaren erdian egon
Baina haien ideiak aztertzen ditugunean, ikusten dugu
biek zoriontasunaren bila dabiltzala. Lehenengoak
zoriontasunik gabeko arrakasta nahi al du? Besteak
munduarentzat onena opa al du, berak zoriontasuna bizi
.gabe? Noski ezetz

Baliteke ez zaiela axola besteek eragindako mina fisikoa
eta sufrimendu psikologikoa edo arrakasta lortzean edo
besteei laguntza ematean sortzen diren egoerek eragin
dezaketena, lehenengoak arrakastan poz handia aurkitzen
duelako eta besteak neurri handi batean gozatzen duelako
.besteei laguntzeaz, egoera kaltegarri guztiak gorabehera
Motibo altruista gehienak eta joera humanista zintzo
gehienak ere zoriontasunera hurbiltzeko bulkada pertsonal
.batetik sortu dira

Baina zoriontasun hori ez da oportunistentzat eta buru
itxientzat, baizik eta adimen zabala eta arima eskuzabal eta
.handia duen pertsona eskuzabal eta noblearen zoriontasuna
Beraz, altruistak ez dio uzten berekoikeriari agindua
ematen, zoriontasun huts hori aurkitzea ezinezkoa baita
pertsona adimen zabalekoa eta bihotz onekoa ez bada,
.beraz, besteentzat zein beretzat zoriona bilatu eta nahi du
Hori printzipio unibertsal bat da, aldatzen edo
eraldatzen ez dena

* * *

Ez da beharrezkoa pertsona guztiak pertsonalki
ezagutzea eta sakonki maitatzea haiekiko interesa
.erakusteko eta mesede bat egiteko
Behar dena da beti prest egotea zure bidean
gurutzatzen den eta benetan zerbitzu horren beharra duen
.orori zerbitzu atsegina eskaintzeko
Horrek ahalegin mentala eta kexatu gabe egiteko
borondate zintzoa eskatzen ditu. Beste era batera esanda,
.sakrifizioa eskatzen du
Eguzkiak diamante baten eta ikatz zati baten gainean
berdin distiratzten du, baina diamanteak zenbait propietate
garatu eta hazi ditu, eguzki-argia jaso eta distira eta
txinpartaz islatzeko aukera ematen diotenak, ikatzak, berriz,
.ezin du argi bera erakutsi
Diamante baten antzera izan behar dugu jendearekin
dugun harremanetan, eta jainkozko maitasunaren argia
.islatsu behar dugu distira eta garbitasunarekin

* * *

Paramahansa maisuak bere dizipuluei zuzendutako
:hitzaldi batean esan zuen
Ezin dut hitzez adierazi zenbat eskertzen dudan niri
.buruzko sentimenduak adierazten dituzun hitzengatik
Oso eskertuta nago zuen zintzotasunagatik, zuen
.espiritu-indarragatik eta zuen bihotzetik datozen hitzengatik
Ohore bat da niretzat zuekin egotea, eta plazer bat da
beti gogoratzea mundu honetako anai-arrebekiko dudan
.betebehar handia

* * *

Bere nagusiak jipoitzen zituen gizona
Ohitura berri bat ezarri eta txar bat ezabatu nahi
duzunean, lasai eta estres gabe zentratu zure burua
bekainen arteko kopetan dagoen borondatearen eta
kontzientzia espiritualaren erdigunean, eta irmoki berretsi
ezarri nahi duzun ohitura ona. Era berean, ohitura txar bat
kendu nahi duzunean, puntu berean kontzentratu eta irmoki

berretsi ohitura txarra kontzentratzen den garuneko bide
.neuronal guztiak ezabatu direla

Benetako istorio bat kontatuko dizuet, lanean nagusiei
zaplaztekoak ematen trebea zen gizon bati buruzkoa,
haserretzen zenean. Ondorioz, lana galdu zuen bata
bestearen atzetik, haserre-bolada bat zuenean bere
buruaren kontrola erabat galtzen zuelako, eta aurka egiten
.zion edonor eskura zuen edozerrekin jotzen zuelako
Laguntza eske etorri zitzaidan, eta esan nion:

"Hurrengoan haserretzen zarenean, zenbatu batetik ehunera
."ezer egin aurretik

Metodoa saiatu zuen, baina niregana itzuli eta esan
zidan: "Haserrea handitzen zait hori egiten dudanean, eta
erresuminaz itsututa nago zenbatzen dudan bitartean,
itxaronaldi luzeagatik". Bere egoera itxaropenik gabekoa
.zirudien

Orduan, hausnartzeko eta sentitzeko eskatu zion
Jainkoaren argia bere garunean sartzen ari zela, haserrea
baretzen, nerbioak baretzen, sentimenduak leuntzen eta
haserre arrasto guztiak kentzen ari zitzaiola beregandik, eta
ondorioz, egunen batean bere haserre-aldietatik libratuko
.zela

Ez zen denbora asko igaro berriro niregana itzuli arte,
eta oraingoan esan zidan: "Haserrearen ohituratik askatu
."naiz, eta eskertuta nago horregatik

Proba egitea erabaki nuen, beraz, mutil batzuei eskatu
nien zirikatzen saiatzeko, eta nik ikus nezakeen leku batean
ezkutatu nintzen, baina berak ezin ninduen ikusi. Mutilek
behin eta berriz saiatu ziren probokatzen, baina lasai
.mantendu zen eta ez zuen erantzun

* * *

Betikotasunaren promesak gure bihotzak eta gogoak
bete ditzala

Eta bizitzako kapitulu eta gertakariak gogorarazi
diezagutela heriotzaren itzalak ez dituela argiaren seme-

alabak beldurtzen, arimaren iraunkortasunaz eta bere
.Sortzailearekin duen lotura estuaz jabetzen direnak
Konturatu gaitezen bizitza eta heriotza Jainkoaren
itsasoko bi olatu direla, eta ozeano kosmikoko tanta bat den
arimak bi olatu horiek hartzen dituela bere funtsezko izaera
.aldatu gabe eta bere betiko iturritik banandu gabe
Lan egin dezagun gure benetako izaera
ezjakintasunaren ziegatik atera eta argiaren eta ezagutzaren
.gailurretara ateratzeko
Gure kontzientzia gorputzaren, pentsamendu
negatiboen eta eragin osasungaitzen mugaketatik askatzen
dugunean, gure izaera espiritualak ukituko dugu eta
konturatuko gara inoiz sartzen ez den jainkozko eguzkiaren
.betiko izpiak garelako

* * *

Samadha edo ekstasi kosmiko egoerara iristen direnek
.solidoak likido bihurtzen direla ikusten dute
Likidoak gasetara, gasak energiara eta energia
kontzientzia kosmikora, eta deskribapenari aurre egiten dion
poz izugarria sentitzen du eta kontzientzia-egoera
desberdinak bizi ditu, poz berritutik edo jakinduria infinitura
edo bake gorenera edo presentzia osoaren sentimendutik
.edo norberaren urtzea espiritu kosmikoaren erdian

* * *

Nerbioen berreskurapena
Meditazio sakon eta isilean, bizi-indarra garunetik
organo guztietara isurtzen da, argi-txinpartak ehunetatik
ateratzen dira, eta bizi-korrontea bizkarrezurrean zehar
isurtzen da eta gorputzeko zelula guztiak irensteko banatzen
da, sendatzeko energia-fluxuaz saturatuta, eta ondorioz
.nerbioak freskatzen dira

* * *

:Iman motak

Iman arruntetatik ikus dezakegu iman baten erakarpen-
.indarra imanaren beraren kalitatearen arabera dela

Iman txiki batek gauza txikiak erakartzen ditu, eta iman
indartsu batek gauza handiagoak
Beraz, gizakiaren iman batek bere erakarpen-indarraren
arabera erakartzen du
Giza magnetismo mota ugari ere badaude; batzuek
gauza fisikoak erakartzen dituzte, beste batzuek indar
psikikoak, eta beste batzuek abantaila espiritualak —askotan
.—latenteak edo ahaztuta dauden abantailak
Aurkitu harribitxi preziatuak arimaren meategietan, eta
irabazle izango zara. Jarraitu nahi duzun helburuari, eta
ziurtatu magnetismo sakratuak Jainkoa erakarriko dizula
zuregana: botere eta ontasun guztien iturria, eta bizitzako
.irabazirik handiena

Baieztapena: Magnetismo espiritual bedeinkatua
erabiliko dut gauza on guztiak eta ezagutza guztien
.erradiazioak neuregana erakartzeko

* * *

Jainkoa da nire bizitza, bera da nire maitasuna, bera da
nire bihotzak gurtzera deitzen duen tenplua
Jainkoa da nire helburua, ezin baititut nire betebeharrak
bete haren laguntzarik gabe
Horregatik bilatu nuen bihotzez eta arimaz aurkitu nuen
arte

Jainkozko maitasun sutsu eta erabakitasun absoluturik
.gabe, zaila da maite kosmikoa aurkitzea

* * *

Iritsiko da pertsona bat mundu honetatik alde egiten
duen eguna. Batzuek maitasunez gogoratuko dute eta negar
egingo dute beragatik, eta beste batzuek gaizki gogoratuko
dute, baina bere pentsamendu txar eta on guztiek
.lagunduko diote

Beraz, pertsona baten betebeharra da bere
pentsamenduak kontrolatzea, bere ekintzak aztertzea, bere
akatsak zuzentzea, bere burua ebaluatzea eta ahal duen
.guztia egitea

Ez egin kasurik jendeak zutaz esaten duenari, gauza
.zuzena egiten saiatzen zaren bitartean
Ahal dudan guztia egiten dut inor ez haserretzeko, eta
sakonean badakit oso ondo egin dudala ahal dudan guztia
.guztiekin jatorra eta zintzoa izateko
Baina ez zait axola jendeak niregan duen iritzia,
laudorioa edo gaitzespena izan, Jainkoa nirekin dagoelako
.eta ni Harekin nagoelako, eta hori baita garrantzitsuena

* * *

Bi pertsona edo pertsona talde baten artean
adiskidetasun bat sortzen denean arrazoi espiritual hutsetan,
helburu eta xede pertsonalik gabe, adiskidetasun huts
.horrek lagun horietako bakoitzaren arima garbitzen du
Adiskidetasunak purifikatutako bihotza batasunerako
.eta hurbiltasunerako ate ireki bihurtzen da
Bihotz honen bidez, arima on gehiago erakartzea
posible da anaitasun maitasunaren egituran sartzeko eta
.lasaitasunaz eta bakeaz gozatzeko

* * *

Besteen gaiez gehiago arduratzen naiz neureez baino,
egiten dudan guztia Jainkoaren izenean egiten baitut, eta
ekintza horiek nireak balira baino gogo eta ilusio
.handiagoarekin egiten baitut
Emaitzak kontrakoak edo asegaizak badira, ez zait
axola edo ez zait asaldatzen, Jainkoarekiko dudan
betebeharra bete dudala sentitzen dudalako, bera baita nire
helburua eta asmoaren atzean dagoena, eta nire onena egin
dudalako eta saiakera errepikatuko dudalako poz eta
erabakitasun handiz, baina ahaleginari edo emaitzari atxiki
.gabe

Neuretzat bakarrik lan egingo banu, beti egongo
nintzateke kezka eta antsietatearen biktima. Baina nire
helburua Jainkoa atsegin ematea den bitartean, emaitzak
berarentzat dira, ez niretzat. Hau da bizitzarako nire

ikuspegia, eta bertan aurkitzen ditut nire erosotasuna eta
.askatasuna

:Arrakastaren eskaileran dauden urratsak

.Lan gogorra -

.Sormen gaitasuna -

.Epai zuzena

Hondakinak aurreztea eta saihestea

Ahalegina egitea eta porrotaren ondoren berriro -

saiatzea

Autodiziplina eta autohobekuntza

Energia sortzaileak aktibatzea -

Besteei laguntzea

Gainera, Jainkoagan hausnartu beharko genuke, -

ontasun guztien iturria eta arrakasta eta bedeinkapen

.guztien jatorria baita

* * *

Inoiz esan ez den abesti bat abesten dizut, eta zuri

eskaintzen dizut nire bihotzak barne-barnean eta bere

.hariatzen jotzen duen benetako melodia

Nire lehen ereserki hau konposatu dut eta hemen

eskaintzen dizuet eskaintza garbi gisa

Ez dizuet besteek konposatutako melodia lehor eta

.intelektualik edo doinu apaindurik aurkeztuko

Nire bihotzeko melodia sinple eta inozoak baino ez

dizkizut emango

nire irriken zelaietan eta nire bizitzako belardietan

.ernetu berri diren lore basatiak eskainiko dizkizuet

* * *

Erraza da pertsona batentzat besteak aztertzea eta

sailkatzea ezaugarri espezifikoaren arabera

Baina zaila da pertsona batentzat zintzotasunez eta

egiazki bere burua nabarmentzea. Hala ere, horixe da, hain

zuzen ere, behar dituen hobekuntza eta aldaketak ulertzeko

.egin behar dutena

Gure ezaugarri pertsonalak ezagutzearen helburua
besteengan nola eragiten dugun ulertzea da
Jendeak pertsona baten izaeraren inpresioak garatzen
ditu, kontzienteki edo inkontzienteki, eta harengandik
datozen bibrazioekiko duten erreakzioa seinale sotila da
.inplikaturakoentzat, eta jakintsuek seinale hori ulertzen dute

* * *

:Garapen psikologikorako oztopoak hauek dira
Norbere buruarekiko maitasuna (berekoikeria),
banitatea, gutizia, haserrea, gorrotoa, inbidia eta pertsona
bat bere benetako ezjakintasun sakonago batera eramaten
edo bultzatzen duten beste ezaugarri ilun batzuk
Behar dena askatasunera daraman bidea jarraitzea da,
gizakiaren nahiak etengabe berritzen diren ohiturek
bultzatzen baitituzte eta ia inoiz ez dute mugarik amaitzen
.edo gelditzen

Ohitura hauek arima giltzapetu eta gatibu mantentzen
dute, jabeak askapen eta emantzipazio bidean ibiltzea
.ezinezko bihurtuz

* * *

:Bizitzaren bidea honako hau da
Alde batean ezjakintasunaren haran iluna dago, eta
bestean jakinduriaren argi distiratsua
Jakinduriaz jokatzeko dugunean, askatasun bidean
.segurtasunez sartzen gara eta behar duguna lortzen dugu

* * *

Unibertso osoa jainkozko borondatearen sorkuntza da,
eta borondate bedeinkatu horrekin lerrokatzen garenean,
.behar duguna ahaleginik gabe iristen zaigu

* * *

Jendeak giza emozioen makineria konplexuari aurre
egiten saiatzen denean, aurretiko prestakuntzarik gabe,
.emaitza askotan mingarria da
Gutxi dira konturatzen zoriontasuna giza portaeraren
legea ulertzean datzala

Horregatik, batzuek askotan liskarrak izaten dituzte
lagunekin eta senideekin; ez dituzte besteak ulertzen eta ez
.dituzte beren akatsak ikusten

Garrantzitsua da gure maiteen ekintza okerrekin ez
lankidetzan aritzea, baizik eta ekintza horiei isilean aurre
.egitea ekintza espiritual eraikitzaileekin

Garrantzitsua da, halaber, ez erabiltzea metodo
.gogorretara gure maiteen portaera anormalari aurre egiteko

* * *

Ehiztari maltzurak engainatu gintuen Segurtasun
sentsazio faltsu baten bila ur azalekoetan flotatzen dugu,
ezjakintasunaren sare hilgarri batek inguratzen gaituen
.bitartean

Eguneroko arrantza-sareak botatzean, asko harrapatzen
dira eta gutxi batzuk bakarrik bizirik ateratzen dira
Oi erruki infinitua, salba gaitzazu desiraren, anbizio
neurrigabeen eta munduko atxikimendu itogarrien tranpa
!hilgarrietatik

Murgil gaitezen arimaren itsaso lasaiaren sakonean, non
jainkozko batasuna bizi den, eta askatu gaitezen
!gatibutasunaren kateetatik eta morrontzaren kateetatik

* * *

Paramahansa maisuak bere dizipuluetako bat animatuz
:esan zuen

Zure zintzotasun, zintasun eta Jainkoarenganako
maitasunaren bidez zure otoitzak Hari helarazteko gai
bazara, orduan ez du axola zure akatsak ozeanoa baino
.sakonagoak eta Himalaia baino altuagoak badira
Jainkoak oztopo horiek kenduko dizkizu zure bidetik,
iraganeko zama astunetatik askatuko zaitu, eta iraganeko
.akatsak errepikatzeko nahia desagertuko da
Batzuetan iluntasun geruza lodi baten azpian aurki
dezakezu zeure burua, baina betiko sugarraren txinparta
.izaten jarraitzen duzu

Txingarra ezkutatu dezakezu, baina ezin duzu ezabatu

* * *

Asmo onek bultzatutako hitz atseginen eta aholku
zintzoen bidez besteak zoriontsu egitea gauza zoragarria da
.eta arima handiak ezaugarritzen dituen nobleziaren seinale
Beste pertsona bati hozkada, hitz mingarri, begirada
sarkastiko edo iradokizun garratzekin min egiteari
dagokionez, hauek metodo umiliagarriak eta gogaikarriak
.dira, eta bihotz oneko pertsonak ez dituzte erabiltzen
Sarkasmoak gaizkilearen matxinada eta haserrearen
espiritua agerian uzten laguntzen du, hitz atseginek damua
sortzen dioten bitartean, hau da, pertsonak bere akatsak
.aitortzen ditu eta ez ditu berriro errepikatzen

* * *

Ikasleetako batek esan zuen: "Irakasle jauna, ez naiz
inoiz gai izan zeruan sinestea. Benetan existitzen al da leku
"?hori

:Paramahansa irakasleak erantzun zuen
Bai, Jainkoaren maitasuna eta konfiantza dutenak"
paradisura joaten dira heriotza iristen zaienean. Mundu
etereo horretan, pertsona batek nahi duen edozer gauza
berehala gauzatzeko gaitasuna du, pentsamenduaren
."boterearen bidez
Gorputz etereoak argi distiratsuz osatuta dago. Erreinu
miragarri horietan, Lurreko biztanleentzat ezezagunak diren
.soinuak eta argiak daude

* * *

Zoriontasuna gero eta gehiago bilatu behar da norbere
.baitan, eta gero eta gutxiago gauza materialetan
Izan zaitez zoriontsu zure gogoan, kanpoko gauzek zure
.bakea nahasi eta oreka gal ez zaitzaten
Barne zoriontasuna da bizitza honetan lortzeko merezi
duen helburu bakarra, eta iraunkortasuna eta determinazioa
nahikoa dira hura lortzeko
Zoriontasuna Jainkoaren tronua da gizakiaren baitan

* * *

Jende askok uste du esna daudela, baina ez da horrela
Gehienetan inkontziente daude. Lo egiten duten eta
"Sua! Sua!" oihu egiten duten edo hitz egiten eta hitzaldiak
.ematen dituzten pertsonak entzun izango zenituen
Jende gehiena horrelakoa da. Noski, ez dut esan nahi
beren kontzientzia ezjakintasun espiritualaren lozorrotik
.esnatu nahi dutenak
Jokabide okerraren eta bizimodu okerraren hondakinen
.azpian lurperatu direnak esnatzeko lan egin behar dugu
Horretarako, lehenik eta behin gure kontzientzia bizia
eman behar diogu ezjakintasunaren katakonbetatik
.jainkozko ezagutzaren argira

* * *

Adiskidetasuna Jainkoaren maitasuna da gure maitaleen
begietatik distiratzeko duena, eta bere deia da zeruko etxera
itxultzeko, maitasun unibertsalarekin betiko batasunaren
.gozotasuna dastatzeko

Adiskidetasuna ahots sakratu bat da, arimak
Jainkoarengandik eta gizateriarekiko bereizten gaituen
egoaren eta berekoikeriaren kontzientziatik askatzeko
.deitzen dituen

Benetako adiskidetasuna Jainkoaren maitasun purua eta
espiritu kosmikoaren ezaugarri sakratuak erakusten dituzten
.arima kontzienteen arteko lotura bedeinkatua da
Benetako adiskidetasuna zabala eta inklusiboa da
Pertsona jakin batekin berekoikeriaz maitemintzea,
.besteak baztertuz, adiskidetasunerako oztopo handia da
Maitasunaren mugak zabaltzeko beharko lirateke familia,
.bizilagunak eta mundu osoa barne hartzeko
Lagun unibertsala adimen zabalekoa da, Jainkoaren
izakiak maite ditu eta eskuzabal zabaltzen du bere
.maitasuna noranahi eta noranahi joaten den
Printzipio noble hauek pertsona handi guztiek bizi eta
defendatu zituzten

Familia-maitasuna da adiskidetasun espiritualaren
.oinarriak ezartzeko hasierako prestakuntza
Odol bera dabil arraza guztietako pertsona guztien
zainetan
Nazionalitate eta etnia desberdinetakoak izan arren,
lotura globalak batzen gaituzte iturri jainkotiar berekoak
.garelako
* * *

Arima ezin da gizakiak egindako hesien atzean
giltzapetu, jatorriz unibertsala eta pertenenentziaz unibertsala
.baita
* * *

Bizitzaz gozatzekotan, orain da unea, ez bihar edo
datorren urtean
Hurrengo urtean bizitza hobea izateko prestaketarik
onena aurten bizitza harmoniatsua, orekatua eta zoriontsua
.da

Etorkizuneko bizitza (ondorengo bizitzan), poz eta
plazerrez betea, gure bizimoduaren, gure pentsatzeko
moduaren eta bizitza honetan nola jokatzeko eta portatzeko
.garen arabera da
Gaur gure bizitzako egunik garrantzitsuena eta
esanguratsuena izan beharko litzateke
* * *

Meditazioa kontzientziaren aurpegia estaltzen eta
lausotzen duten geruzak kentzeko tresna da, eta hura
.erabiliz, jainkoen pozen iturburu etengabea lehertzen da
Meditazioa eta erlaxazio osoa, edo pentsamendua
kontzienteki zentzumen nahasietatik ateratzea, Jainkoa
ezagutzeko modu erreala eta eraginkorra da. Meditazioaz
gain dena egin ahal izango bagenu, ez guke aurkituko
pentsamenduak geldirik daudenean (zure Jaunarengandik
lasaitasuna dago bertan) eta jainkoen bakearekin
harmonian daudenean (Bakea uzten dizuet) datorren
.pozen pareko poza

Jainkozko estasi hau kontzentrazio eta meditazio
.metodo zuzena erabiliz bizi daiteke

* * *

Zure gelako sabaian dagoen atea bilatzen baduzu, ez
duzu aurkituko, urte askotan bilatu arren, bilaketa-metodo
.zuzena erabili eta horma begiratu ezean

* * *

Mundu honi agur esango diodan eguna iritsiko da, baina
lur honetan nagoen bitartean, nire poz handiena Jainkoaren
mirariak nigan konfiantza dutenei hitz egitea da, eta nire
nahia jainkozko argi horren irrika biderkatzea da,
erosotasun, askatasun eta segurtasun deskribaezinak eman
.dizkidana

* * *

Unibertsoaren historia, bere xehetasun txiki guztietan,
betikotasunaren gangetan gordetzen da; beste dimentsio
bat da hori. Hemen, mundu mugatu honetan, luzera,
zabalera, lodiera eta altuera hautematen ditugu, baina
badago beste maila bat non dimentsio horiek ez diren
existitzen. Dena gardena da plano etereo horretan; dena
kontzientzia eta erne egotea da. Dastamen zentzua
sentsazio bat da, usaimena bezala. Gure sentimenduak,
pentsamenduak eta gorputzak kontzientzia dira. Eta
ametsetan ikusi, entzun, usaindu, dastatu eta ukitu
dezakegun bezala, sentsazio horiek guztiak kontzientzia edo
sentimendu garbi eta gardenarekin bizi ditzakegu goi
.mailako erreinuetan

Hau da, hain zuzen ere, oraintxe bertan ikusten dudana,
hitz egiten dudan bitartean. Ez nago gorputz honetan, baizik
eta existitzen den guztiaren parte naiz. Eta ikusten ditudan
gauzak niretzat bezain errealak dira, zu niretzat zaren
.bezala

Pertsona batek esnatu behar du Jainkoa nonahi ikusteko
eta amets baten eta errealitatearen arteko aldea
.ezagutzeko

Askotan infinitua ikusten dut nagoen lekuan, eta leku
hori infinituan ikusten dut. Dena bizitza hartzen du betiko
.iturri horretatik
Haurra nintzela, egun eta gau otoitz egiten nuen, baina
ez zegoen erantzunik edo erantzulerik
Alde batetik gizateria ikusi nuen, eta bestetik niri hitz
egiten ez zidan betikotasuna
Bakarrik nengoela eta denek abandonatu nindutela uste
nuen arren, Jainkoak ez ninduen abandonatu, beti nirekin
zegoelako isilpean, nire pentsamendu eta sentimenduen
.atzean
Eta nire barneko argia ikusten hasi nintzenean, nire
arima misteriosuki bete zen bedeinkatutako usain
.jainkotiarren
Zuhaitzen sustraiak eta haien artetik isurtzen zen
izerdia ikus nitzakeen, eta Jainkoarengandik hurbil sentitu
nintzen, hark eman zidan erosotasuna eta baretu zidan
.bihotza
Otoitz egin eta dei egin nuen behin eta berriz, egunez
eta gauzez, eta gauzek niretzat distira eta esanahia galdu
zutenean, munduari eta bertan dagoen guztiari uko egin
nion, zoriontasuna barne, zoriontasun materiala izan
zitekeen beldurrez, eta Jainkoa aurkitu nuen, orain beti
.nirekin dagoena
Munduak abandonatuko banau ere, Jainkoak ez nau
.inoiz abandonatuko une bakar batez ere
Jainkoa dena da Areto hau eta inguruko unibertsoa nire
kontzientziaren oihalaren gainean dauden irudi mugikorrak
bezala flotatzen ari dira
Begiratzen dut eta ez dut ezer ikusten espiritu purua,
.argi gardena eta kontzientzia leuna baino
Nire gorputza, zuen gorputzak eta munduko gauza
guztiak jainkozko argi bakar horren emanazioak dira. Argi
.hori ikusten dudanean, ez dut beste ezer ikusten

Pantailari begiratzean, irudi mugikorrak ikusten dituzu,
baina atzera begiratzean (zinema tradizional batean),
pantailan distirutzen duen argi izpi bat besterik ez duzu
.ikusten. Sinestezina dirudi, baina egia da
Gauza hauetaz hitz egiten nuen lehen, baina orain ez
diet axolagabe edo axolagabeei hitz egiten Baina Jainkoak
oraingoan zuekin hitz egiteko baimena eman dit Dena
iheskorra da Otoitz egin betierekoa denagatik

* * *

Mundu honetara ez dakigu nondik etorri garenez,
.naturala da bizitzaren jatorriaz eta xedeaz galdetzea
Mundu honen sortzaile bati buruz entzuten dugu, berari
buruz irakurtzen dugu, eta unibertso osoak bere jainkozko
.gogoaren existentzia aldarrikatzen du
Erloju txiki baten pieza eta gailu txiki eta zehatzek
erlojugilea mirestera bultzatzen gaituzten bezala
Fabrika-makina handi eta konplexuek harritzen
gaituzten eta asmatzailearen miresmena pizten diguten
bezala, naturaren mirariak ikusten ditugunean, haien atzean
ezkututzen den adimenak harritzen gaitu, eta galdetzen
:diogu geure buruari
Nork eman zion loreari bere forma bizia eta eguzkiari"

"?begira

Nondik zetozen bere usaina eta edertasuna? Eta nola
eratu ziren bere petaloak hain zehaztasun finez eta tindatu
?ziren hain kolore zoragarri eta alaiekin

* * *

Nire pentsamenduen sakonean sentitzen zaitut, zure
presentzia sumatzen dut nire sentimendu sakonenetan, eta
.nire maitasunaren lorategian loratzen ikusten zaitut
Bete nazazu zure presentziaren usainaz, zure usain
.bedeinkatuaz goza nadin
Zatoz niregana zerutik, izarretatik, pentsamenduetatik
eta sentimenduetatik haratago. Erakuts iezadazu zure

aurpegi sakratuena eta utzi zure presentzia hautematen nire
.ariman, inguruan eta nonahi

Aro eta aroetan zehar bilatu zaitut, desio eta anbizioen
bideetan, eta orain konturatzen naiz nire ariman bizi zarela
.eta nire sentimendu sakratuenak inspiratzen dituzula

Ez ezkutatu gehiago niregandik sentimenduen,
pentsamenduen eta arimaren taupadaren loreen atzean
Apaindu nire arima Zure jakinduriaren bitxiekin, eta
eman iezadazu Zure zoriontasunaren haizeak, eta kendu
niregandik nire ikusmenetik eta nire ulermenetik estali
.zaituen iluntasuna

Oi zu, izarren eta zeru urdinaren atzean zaudena, eta
atmosferaren geruzen eta izaki eta existentzia guztien
atzean zaudena, onartu nire maitasunaren xuxurlak eta
murgildu nire izatea Zure maitasunean, Zure argian eta Zure
.bakean

* * *

Jainkozko maitasunaren apur bat ere sentituko bazenu,
ezin eutsi diezaiokeen poz deskribaezin eta izugarria biziko
.zenuke

Beraz, zaila egiten zaizu hura edukitzea
Jainkoarekin harmonian gaudenean, gure pertzepzioa
mugagabea bihurtzen da eta existentzia osoaren sakonera
.ozeanikoetan bat egiten du

Poztasun handia eta jainkozko maitasun gorena bizi
ditugu

* * *

Batzuek eleberri tragikoak irakurtzearen
mendekotasuna dute eta irakurgai gogokoenak direla uste
dute, eta bizitzaren amaierara arte gozatzen jarraituko
.dutela sentitzen dute

Baina beren burua aztertuko balute, ikusiko lukete maiz
deprimituta eta suminkor bihurtzen direla literatura mota
.hori etengabe irakurtzeagatik

Depresio honengatik, ohitura hori hautsi nahi izan
dezakete eta, horren ordean, pentsamenduak inspiratzen
dituzten eta sentimenduak ideia sendo eta bikainekin
elikatzen dituzten liburuak eta material espiritualak
.irakurtzeko ohitura hartu

Aldaketa hori egiten badute, beren bizitzak norabide
berri eta zoragarria hartu duela ikusiko dute, bereizketa
.kontzienteari eta determinazio sendoari esker
Egia da nahi badugu oso azkar alda gaitezkeela geure
burua, baina urteetako ereduak eta ohiturak aldatzeak
.benetako ahalegina eta borondate sendoa eskatzen ditu
Ohitura zahar eta errotu bat desagerrarazteko,
erabakitasun indar guztiak kontrako norabidean aktibatu
behar dira, ohitura txarra neutralizatu eta haren indarra
.paralizatu arte

Jende gehienak ez du horretarako behar den pazientzia
eta tolerantzia. Baina konturatu behar da norberak sortu edo
.egindakoa ezabatu edo desegin daitekeela

* * *

Ut ditzagun egoaren mugak eta ibil gaitezen aurrerapen
espiritualaren belardi zabal eta zabaletan
Eta denboraren karabana bezala, bizitzaren bideetan
beti dabilena, arimaren karabana ere hedapen handienaren
.bideetan ibili beharko luke jainkoen espirituaren ertzerantz
Bizitzako betebeharrak garrantzitsuenak betetzeko
ekimen-espirtua askotan gizakien ohituren hondakin eta
.hondakinen azpian lurperatuta geratzen da
Pertsona batek ohitura horien eragin etsigarritik askatu
behar du bere burua eta bere bizitzako lurzoruan irrikatzen
.duen arrakastaren haziak ereiten hasi
Bizitzak balioa eta garrantzia hartzen ditu zeregin
premiazkoena eta funtsezkoena betetzen dugunean: gure
.existentziaren benetako zentzua eta balioa aurkitzea
Gizakiek konturatu behar dute bizitzaren irudi kosmiko
.mugikor hauek ez direla arrazoirik gabe erakusten

Egunero gauza berriak ikusten ditugu, eta egunero
ikasgai berriak ekartzen ditugu, gizakiaren existentziaren
helburu gorenean zentratuz ikasi beharko genituzkeenak:
bizitzaren oihalaren atzean ezkutatuta dagoen izaki gorena
.aitortzea
* * *

Jainkoarengan bihotz guztien maitasuna, irrika
asebetetzea eta desioen gauzatzea aurkituko dituzu.
Munduak ematen dizun eta gero kentzen dizun guztia,
atsekabea, minez edo frustrazioan utziz, Jainkoarengan
aurkituko duzu neurri handiagoan eta horrekin batera
.datozen etsipen eta atsekaberik gabe
* * *

Batzuek diote arrazoiak bakarrik fidatu behar garela
Beste batzuek uste dute gure zentzumenak ase behar
ditugula Bi jarrerak muturrekoak dira
Teoria baten arabera, komenigarria da aldizka azterketa
medikoak egitea gorputzaren osasuna eta ongizatea
bermatzeko, autoa noizean behin ikuskatzea bezala. Honek
badu zentzua. Baina gizakiak ez dira makinak. Zure buruko
osasuna zure egoera fisikoaren arabera bada, lehenago
edo beranduago, adimena gorputzaren eskaeren menpe
geratuko da, eta botika eta bestelako tratamendu fisiko
mota eta kantitate guztiak eraginkortasunik gabe utziko ditu.
Horrek azaltzen du zergatik pairatzen ditugun gaixotasun
sendaezinak. Ahultasun fisikoa errotu egin da adimenak
.gorputzaren jaun izateari uko egin diolako
Hobe da neurriz hastea. Ebaki txiki bat baduzu, eman
iodo pixka bat, baina ez fidatu botiketan bakarrik. Hartu
neurri egokiak pixkanaka zentzumen komunari gero eta
.gehiago fidatu arte
Irakasle handiek beraiek Jainkoak sortutako belar eta
produktu kimikoekin egindako sendagaiak erabiltzen
zituzten

Medikamentuak eta drogak ez dira beharrezkoak
irakasle espiritual batentzat, baina Jainkoaren boterea modu
askotan lanean ari dela erakusteko, batzuetan prestakin
.mediko batzuk erabiltzea aukera dezake

Nolanahi ere, garaipena gogoaren boterean datza.

Medikaziorik gabe albo-ondoriorik gabe molda zaitezkeela
uste sendoa lortzen duzunean, garaipena lortzen duzu eta
.zure gorputzaren gaineko nagusitasuna lortzen duzu

* * *

Besteei ematen diegun adiskidetasuna bihotzetik etorri
behar da, eta maitasuna eta lankidetzak ez dira gainazalean
.erakutsi behar, barrutik kontrakoa iradokitzen den bitartean

Lege espiritualak oso zehatzak eta indartsuak dira, eta

.printzipio espiritualak ezin dira ukatu

Beraz, ezinbestekoa da lagunak ez engainatzea edo

.traizionatzea eta adiskidetasunaren mugak ez gainditzea

Lagun batek jakin beharko luke noiz lankidetzan aritu

behar duen bere lagunarekin eta noiz bere borondatea

.erabili eta harekin lankidetzan aritzeari uko egin behar dion

* * *

Larruazalaren gainazalak ez ditu ukimen sentsazioak
sentitzen; sentsazio horiek garunean bizi dira, eta pertsona
batek ezin du dastatu, ukitu, usaindu, entzun edo ikusi

.adimenaren bidez izan ezik

Zaporea mihiaren gainazalean hauteman dezakegu,

baina errealitatean, garunak erregistratzen du zapore hori.

Era berean, gorputzeko atal bat lesionatuta dagoenean,

mina batez ere buruan sentitzen da, ez kaltetutako

.organoan

Bi mekanismo ditugu mina hautemateko: nerbioa eta

enbor entzefalikoa. Sentsazioak gertatzen dira garunak

nerbioaren eta enbor entzefalikoaren arteko komunikazioa

ahalbidetzen duenean. Garunak mina ezagutzen ez badu,

.mina ez da existitzen

Pertsona bat kloroformoaren edo anesthesiaren
eraginpean dagoenean, ez du minik sentitzen, sentrazioak
ez baitira garunera iristen. Nerbio-bukaeretan ile finak
daude, eta horien bidez mina-seinaleak garunera
transmititzen dira. Anestesikoak mina-seinale horien
.transmisioa eragozten du

Garuna gogoaren zentzumen-organoa da, eta
gorputzeko sentrazio guztiak gogoara transmititzen dira
nerbioen eta garunaren beraren bidez. Gogoak garunarekin
konektatuta dagoenez, sentrazio horiek jasotzen eta
.interpretatzen ditu

Pentsamendu positiboak indartutako adimena plazer eta
min sentrazioek gutxiago eragiten diote. Sentrazio horien
.jakitun da, baina ez dago haiek mugatuta

* * *

:Artxiboak - Amildegitik Gailurrera

Arrakasta istorio bat Paramhansa Yogananda jakintsuak

kontatua

Benetako istorio bat da hau, etengabe huts egiten zuen)

pertsona bati buruzkoa, baina pentsamendu sortzailea eta
baieztapen positiboa praktikatuz, azkenean bere porrotaren
arrazoiak gainditu eta arrakasta bere borondateari lotu ahal
(izan zion pertsona bati buruzkoa

Berez arrakasta duten pertsonak dauden bezala,

ohituragatik huts egiten dutenak ere badaude

Nire laguna eta ikaslea (S) jaiotzetik porrot egin zuen.

Egia da mutil adimentsua, arduratsua eta dirua irabazteko
gogotsua zela, baina lan edo karrera bati buruz pentsatzen
hasi bezain laster, porrotaren faktoreak inguratu zuten
.hasieratik

Egun batean esku hutsik etorri zitzaidan, hartzekodunek

.jazarririk, lagunak abandonaturik, aholku eske

Bere arazoen arrazoiari buruz galdetu nion, eta esan

:zidan

Jauna, porrot bat naiz. Ez dakit arrazoiren batengatik,"
baina lana hasten dudana bezain laster, galtzen dut, eta lan
egiten dudana lekua ere kaltetzen da. Enpresariak bere
negozioa galtzen du ni kontratatuta eta gutxira. Horregatik,
beldur naiz lana bilatzeko, kontratatutako nauten enpresariaren
interesak oztopatzeko beldurrez. Nire ezegonkortasun
hutsala dela eta, ziur nago ezinbestean nire lana galduko
dudala, kontratatutako nauten enpresariak porrot egin eta ateak
itxiko baititu, eta ondorioz kaleratutako naiz. Beraz, ez dut
beste pertsonen negozioak suntsitzeko eskubiderik, haiekin
."dudana loturagatik soilik

Enpresa txiki batean lana aurkitzea lortu nuen eta
baieztapen hau bere buruari errepikatzeko eskatu nion
:gauero, lotara joan aurretik eta baita esnatzean ere
Egunero eta egunero gero eta arrakastatsuagoa naiz"

"nire lan arloan

Hilabete bat igaro zen, eta (S)-k ohartarazi zidan:

"Jauna, kontratatuta duzun enpresa ezegonkor bihurtzen ari da
eta bere egoera ez da itxaropentsua. Otoitz egiten dizut
bertatik ateratzeko erabat erori baino lehen, enpresa huts
egiten duenean nire lana galduko baitut nolanahi ere. Baina
orain dimisioak enpresari nire gorabeheren ondoriozko patu
."saihestezin eta kezkarria salba diezaioke

Barre egin nuen, (S)-k esandakoari jaramonik egin gabe,
eta, horren ordean, bere ikuspuntua azpimarratzen jarraitzeko
eta bere lana mantentzeko eskatu nion. Aste batzuk
geroago, arratsalde batean etorri zitzaidan eta hasperenka
:esan zidan

"Beldur nintzena gertatu da, hain zuzen ere"

"?Galdetu zion: "Zer gertatu da

Esan zuen: "Enpresa erori egin da, esan nizun bezala eta

."iragarri nuen bezala

Protesta eginez esan nion: «Ez al da egia zeure buruari
'Egunero eta egunero gero eta arrakasta handiagoa dut nire
lan-arloan' ziurtatzen zenuenean, hitz horiek lortu baten

moduan errepikatzen ari zinela? Eta zalantzazko olagarro batek zure garuneko tolesdurei heltzen ziela, zeure buruari esaten ari zitzaiola: 'Ergela, zure egoera okerrera doa, .«'!arrakastaz konbentzitzen saiatzen zaren arren Hark erantzun zuen: "Bai, horixe da benetan gertatzen ."

ari dena ek bibrazioak eta pentsamendu negatibo astunak-(S) kentzea aholkatu zuen bere buruan agertzen diren bezain laster, batez ere baieztapen positiboa errepikatzear, kontzienteki konbentzitura dagoen adimenak subkontzientean edo inkontzientean eragina izan dezakeelako, eta horrek, aldi berean, erresonantzia magnetikoaren legearen bidez, ohituraren boterearen bidez .eragiten dio kontzienteki

Nik gaineratu nuen: «Pentsamendu eta ohitura positiboak maiz baieztatzea, subkontzientean sartu eta errotu arte, nahikoa da heredatutako edo eskuratutako subkontzienteko oztopo mentalak kentzeko. Ez dago arrakastarik izateko modurik, etsipen eta frustrazio pentsamenduak eta sentimenduak kontzientean edo subkontzientean errotuta dauden bitartean. Arrakastarako baldintzen artean, sormen gaitasuna, egoera faboragarriak eta joera jaiotzetikoak edukitzea daude. Goi-kontzientzia bere gaitasun mugagabeekin ukitzeko gai bazara, orduan oraindik ihes egiten dizun eta atzemateko gai ez zaren .«arrakasta horretarako aukera berriak sor ditzakezu Eta (S)-ri beste lan bat lortzen lagundu ahal izan nion, lehenengoa baino handiagoa. Baina sei hilabete igaro ondoren (gure lagunak lanean eman zuen aldirik luzeena izan zena), arratsalde batean esan zidan: "Enpresaren egoera azkar okertzen ari da, beraz, mesedez, kendu nazazu ."

azkar Ez nien bere kezkari jaramonik egin, baina bere lanarekin jarraitzeko eskatu nion. Aste batzuk geroago, (S)-k

irribarrez esan zidan: "Haizeak eramane du niretzat antolatuta
"!duzun bigarren lana
Lasai esan nion: "Ez kezkatu, beste lan bat aurkituko
".dizut

Hark erantzun zuen: "Beno, jauna, jabeekin dudana
loturagatik beste enpresa bat botatzea zeure gain hartzen
".duzun bitartean, ez dut inolako eragozpenik
Ahalegin etengabeari esker, lanpostu oso ona aurkitu
nuen (S)rentzat enpresa handi batean. Urtebete igaro zen
eta ez zen ezer gertatu, nahiz eta (S) astero saiatzen zen
enpresa uzten, aurrekoak bezala suntsituko ote zen
".beldurrez

Azkenean, bere dirua bere negozioan inbertitzeko
eskatu nion, eta beldurtu egin zen eta harriduraz begiratu
zidan, esanez: "Hau al da aholkatzen didazun hori? Ez al
duzu uste neke handiz pilatu dudana dirua galduko dudala
"?inbertitzen badut

Ziurtasunez ziurtatu zion: "Zure dirua eta energia
proiektu on batean inbertitu behar dituzu, hala nola inbertsio
handirik behar ez duen tokiko ostalaritza zentro batean, eta
".zure arrakastaz ziur nago

Urte gutxiren buruan, (S) jabetza eta biltegi handi
askoren jabea bihurtu zen

Behin bere arrakastaz konbentziturik, egiten zuen
guztian arrakastatsua zela ikusi zuen. Egun batean, barreka,
esan zidan: "Jainkoari eta zure laguntzari esker, porrot
izatetik gizon arrakastatsu bihurtu naiz. Porrota gainditu dut
eta konturatu naiz nire etengabeko porrota nire betebeharra
ulertzeko faltagatik zela. Baina ez dakit nola lortu dudana
arrakasta izatea, nire zalantza hutsalen ondorioz besteen
".lana suntsitu ondoren

Beraz, azaldu nion: «Ez zenituen zuk suntsitu lantzen ari
zinen interesen alde. Jendea gobernatzen duen erakarpen
legeak, antzeko bibrazioetan oinarrituta, negatiboki edo

positiboki funtzionatzen du (antzekoak antzekoak erakartzen
«.ditu)

Zure berezko izaera akastunak jada kolapsoaren ertzean
zeuden enpresetara erakarri zintuen, eta alderantziz. Beraz,
porrot bat izan zinen, eta enpresak ere kolapsoaren ertzean
zeuden. Elkarrekiko erakarpen legearen arabera, zu eta
enpresa horiek porrotaren muinotik behera erori eta
.harkaitzen kontra talka egin zenuten aldi berean
Istorio honen morala da benetako arrakasta norberak
behar duena borondatearen bidez sortzean datzala, goi-
mailako kontzientziaren botere mugagabea esnatuz. Botere
hau esnatu daiteke meditatze eta modu positibo eta
sortzailean pentsatzeko modu zuzena ikasiz, osasuna,
.arrakasta, jakinduria eta zoriontasuna lortzeko

* * *

.Argi leihoa

Iragan urrunean, linterna sekretu bat nuen eta kontu
handiz ibiltzen nintzen barne-iluntasunaren isiltasunean
Eta iluntasunean zehar izpi ezkutatu bat bidali nuenean,
ideia inspiratzaileen arrain txikiak ikusi nituen argi
keinukariak agerian utzita
Arrain horiek beita gisa erabili nituen nire kontzientzia
handiagoaren arrainak harrapatze, baina askok ihes egin
.eta argi zirkulu txikiaren atzean desagertu ziren
Eta zure jarraitzaile leial eta zintzoengandik, zilarrezko
abestiz eta urrezko ametsez aberatsak, maitasunaren
monetarekin arimaren sentazioen sare argitsu bat erosi eta
elkarrekin lotu nuen. Zure jakinduriaren ozeanoa arakatu
nuen eta arrain txikiak eta sentimendu zoriontsuen multzoak
eta aspaldi galdu eta faltan bota nituen oroitzapen sakratuen
harribitxi preziatuak harrapatu nituen, eta munduko
.altxorrek berdindu ezin dutena ere irabazi nuen

* * *

Mundu honetan zailtasunen itsaso batean murgilduta
gaudela dirudi

Jainkoak modu askotan probatzen gaitu Gure ahuleziak
erakusten dizkigu, ezagutu eta indargune bihur ditzagun
Batzuetan, gure jasangarritasunaren gainetik dauden
:proba izugarriak bidaltzen dizkigu, baina ikasle zorrotzak dio
Zu nahi zaitut, Jauna, eta ezerk ez dit oztopatuko zure"
:bilaketa. Nire bihotzeko otoitzak hauek dira
Ez nazazu probatu zure presentzia ahaztaraziz eta zu"
"aipatzeari utziz

Orduan Jainkoa etorri eta amets kezkarri honetatik
esnatzen gaitu, eta bilatzaile orok lehenago edo beranduago
.proba zoragarri hori jasoko du

* * *

Pertsona batek bere buruari iradokizun positiboak eman
diezazkioke, eta horiek subkontzienteari eragingo diote, eta
.horrek, aldi berean, kontzienteari eragiten dio
Iradokizun negatiboak, norberak sortutakoak edo beste
pertsona batek egindakoak izan, kaltegarriak dira
.garunarentzat eta saihestu egin behar dira
Espazioan zehar dabiltzan espiritu ilunak (mamuak)
daude, beren nahiak eta helburuak lortzeko erabil ditzaketen
.adimen eta gorputzen bila
Beraz, kontuz ibili behar da espiritu horien
nagusitasunarekin, gogo gaiza positiboekin eta
.pentsamendu onekin okupatuta mantenduz
Ez utzi gogo hutsik. Noski, hau desberdina da
meditazioan inspirazioak eta bibrazio altuagoak jasotzeko
.gogo prestatzearekin alderatuta

* * *

Dirua zoriontasunaren neurritzat hartzen denean,
zoriontasun eza dakar, familia bereko kideen artean inbidia,
.gutizia eta desadostasuna sortzen baititu
Bizitza hobea izango litzateke guztiontzat sinpleagoa
balitz Horregatik irakasleek bizitza sinpleagoa sustatzen dute
Ahal bada, komeni da hiri handietatik urrun egotea,
hiriko biztanleak zarataz inguratuta egoten baitira askotan,

eta pertsona bat libreago eta energia gehiagorekin sentitzen
.da komunitate txikiagoetan
Zoritxarrez, hiriko biztanle askok ez dute gogor lan
egiten beren joera espiritualak lantzeko eta zaintzeko, eta
batzuk buru itxikoak bihurtzen dira eta ia bizitza mekanikoa
daramate. Hala ere, badira hiriko bizitza
espiritualtasunarekin bateragarri egin dezaketenak, hala
.nahi izanez gero
Pertsona batek Jainkoa bere bizitzan sartzen ez badu eta
oreka eraginkor bat sortzen ez badu, arazoak etorriko
.zaizkio, bere bizimodua edozein dela ere

* * *

Pertsona batek zoriontasuna izan dezake txabola txiki
batean, eta kezka eta miseriaren biktima izan daiteke
.jauregi dotore batean ere
Luxu gehiegizkoak eta luxu materialetan gehiegizko
gozamenak zoriontasuna arimatik urruntzen du, ekarri
.beharrean
Zoriontasunerako bere nahiak asetzearen mende
dagoenak ezin du zoriontasun hori lortu, kasu honetan
zoriontasuna etorkizunean lortzea espero duen zerbaiten
.mende baitago
Zoriontasunarekin ligatzen du eta irabazten saiatzen da
inoiz lortu gabe, basamortuan ur-miraje baten atzetik
.dabilen norbait bezala

* * *

Lo kopuru egokiak gorputzari energia ematen laguntzen
dio, gehiegizko loak, berriz, gorputza nekatzen duen
punturaino non pertsona batek ez duen egun osoan lan egin
nahi, baizik eta bere burua arrastaka eramango duela
.aurkitzen duen
Nekea kentzeko modu bat gorputza oxigenatzea da, hau
.da, oxigenoa emanaz

Nekatuta sentitzen zarenean, sukaldera mokadu bat
hartzera joan beharrean, atera kanpora hamar edo
hamabost minutuz eta arnasa hartu sakon, arnasa bota eta
.bota

Errepikatu hau hainbat aldiz Ez hartu arnasa azkar edo
indarrez, baizik eta modu eroso, poliki eta sakonean. Aire
zabalean denbora hori eman ondoren, energiaz beteta
.sentituko zara eta nekea desagertu dela ikusiko duzu

* * *

Bizitzaren Lorategia

Jainkoak eman dizkidan botere guztiak modu egoki eta
onuragarrian erabiliko ditut
Jainkoak lagunduko dit neure buruari laguntzen badiot,
.nire ahaleginak arrakastaz koroatzeko otoitz eginez
Atzoko hilerrian porrota ezkutatu eta lurperatu dut. Gaur
nire bizitzako lorategia landuko dut nire ahalegin sortzaile
berriarekin, eta bere lurzoruan ereingo ditut jakinduriaren,
.osasunaren, oparotasunaren eta zoriontasunaren haziak
Jainkoarenganako fedearen eta autokonfiantzaren urez
ureztatuko ditut haziak, eta Eskuzabalak uzta oparoa
.emango didan zain egongo naiz
Uzta biltzen ez badut ere, eskertuta egongo naiz nire
onena saiatzean lortutako gogobetetasunagatik
Jainkoari eskerrak emango dizkiot behin eta berriz
saiatu ahal izateagatik, haren laguntzarekin arrakasta izan
arte, eta eskerrak emango dizkiot nire nahi maiteenak eta
.desio nobleenak betetzeagatik

* * *

Gizonek eta emakumeek elkarren izaera ulertzen ez
badute, elkarri min psikologiko ikaragarriarekin torturatuko
.diote

Bakoitzak ahal duen guztia egin behar du arrazoiaren
eta emozioaren arteko oreka lortzeko, pertsona oso bat izan
.dadin

* * *

Gizakiei sentsazioa eman zitzaien gorputza babesteko.

Sentsaziorik gabe, pertsona batek lesio larri bat edo .erredura bat jasan zezakeen konturatu gabe Animaliek ez dute gizakiek duten gaitasun hori garatu, eta, beraz, haien minaren sentsazioa txikiagoa da; bestela, hiltzeko eta hiltzeko metodo batzuen bidez eragindako krudelkeria jasanezina litzateke. Karramarro bat ur !irakinetan botatzen da, bizirik

Bai mina bai plazera gogoaren sorkuntzak direnez, mina fisikoa arindu daiteke gogoaren kontrola praktikatuz. Orduan, pertsona batek sentsazio bat bizi dezake egoera .anormal baten adierazle gisa, minik sentitu gabe Plazerrarekiko edo minarekiko hipersentikortasunak haien efektua indartzen du, sentikortasun murriztuak, berriz, pertsona minak gutxiago eragiten dio eta zentzumen-plazerren menpekotasun eta esklabutza gutxiago sentitzen .du

Nire gorputza eta burua entrenatu nituen estimuluekiko sentikortasun gutxiago izateko, eta zentzumen-distrakzioetatik libre aurkitu nuen neure burua. Entrenamendu hau zentzumenen atzaparretatik eta haien .eskakizun amaigabeetatik askatzeko bidea da Medikuetako batek hain indar mentala zuen, ezen bere buruari ebakuntza kirurgiko arriskutsu bat egiteko gai izan !baitzen

Noski, hau ezinezkoa da atxikimendu fisikoek esklabotzat hartutako adimen batentzat. Baina entrenamenduarekin, adimena indartsu eta ikaragarri bihur daiteke. Zenbat eta gehiago entrenatu eta findu pertsona .batek bere adimena, orduan eta gehiago kontrolatu dezake Haur hondatu edo mimatu bat oso larrituta egoten da kalte txikienarekin ere, erresistentzian eta erresilientzian trebatutako haur bat, berriz, gutxitan atzera egiten du edo .atzera egiten du minez lesio larrien aurrean

Arimaren sakonetik datozen pultsuak

Irakaslea: Paramhansa Yogananda

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

O betiko lasaitasuna

Babestu nazazu nire nerbioak astintzen eta garuneko zelulak pizten dituzten haserre bizietatik

Utzi dezadan haserrearen ohitura uzten, niri eta nire lagunei zorigaitzak ekartzen baitizkit.

Jauna, ez utzi maite ditudanen maitasunetik urruntzen nauen probokazio berekoietan murgiltzen.

Ez dezadala nire haserrea eta erresumina areagotu nahita haien intentsitatea areagotzen duen guztia emanaz.

Lasaitasun sakratuaren Jauna, amorrak eta haserreak kontsumitzen nauenean, jarri nire aurrean errieta-ispilua, non ikus dezadan nire itsuskeria, emozio itogarri eta haserregarri batetik sortua!

Ez dut itsusi agertu nahi besteen aurrean, haserre biziak aurpegia desitxuratuta

Bizitzako zailtasunak maitasun pentsamendu eta ekintzekin konponduko ditut, ez gorroto eta erresuminaz

Bedeinka nazazu, nire barneko haserrearen zauriak autoestimua balsamoarekin sendatu ahal izan ditzadan, eta besteengan haserrearen zauriak samurtasunaren, adeitasunaren eta lasaitasunaren balsamoarekin sendatu ditzadan.

Gardentasuna leheneratzea

Zure maitasunaren izpiek, Jauna, berdin distira egin dezatela zure familia kosmikoaren kide guztien gainean, salbuespenik gabe.

Gizateriak bere gardentasuna galdu du, ulertzeko motela bihurtu da, zure argia jasotzeko gai ez da, eta bere errua da. Lagundu iezaguzu gure benetako ulermenaren ispilutik errearearen lainoa kentzen.

Gure erresistentzia espirituala ahula eta ahula da, beraz, bidali, Jauna, zure indarra gure gorputz-adarretara, gure gardentasuna estali eta zure argi sendagarriaren fluxu askea eragotzi duten lurren lodi eta ilunak uxatu ditzagun.

Ai, zure irudi garbi eta distiratsua islatzen duten ispilu garbi eta distiratsu bihurtuko bagina!

Utzi nazazu neure burua aurkitzen guztiongan

Utzi konturatzen zure grazia eta jakinduriarik gabe elbarri, legenardun edo itsu egon nintekeela. Eta hori merezi izango nuen arren, sendatzea irrikatuko nuen eta grinaz bilatuko nuen.

Ama Santua, gorputz-adarrak desitxuratuta edo atsekabeez beteta dituzten pertsonak ikusten ditudanean, senti dezadan zure espiritu guztiz existitzailea dela haien gorputzetan eta arimetan sufritzen ari dena.

Bedeinka nazazu nire anaia guztien sentimenduak senti ditzadan, eta haiek beren miseriatik askatzen ahalegindu nadin, neure burua askatzen saiatzen naizen bezala.

Besteengatik irrikatzen, borrokatzen, negar egiten eta irribarre egiten dudan bitartean, neure burua aurkitu behar dut guztiengan

Nire jakinduriaren itsasargi izan

Nire gogoaren ontzia desira zikoitzen harkaitz arriskutsuetara hurbiltzen bada, ezjakintasunaren ekaitzak bultzatuta, orduan ohartarazi nazazu, jainkozko jakinduriaren itsasargia zaren zu.

Zure zuzentasunaren kostaldeak eta zure
segurtasunaren babesleku segurua etengabe bilatzen ari
naiz!

aingeru-melodiak

Meditazioaren zetro magikoak soinu guztiak ukitu eta
Om-en jatorrizko soinuan eraldatu zituen, izarren bideetan
zehar, lurrean zehar eta uren artean korrika zihoala.

Oi Espiritu, agerian utzi zeure burua Om-en ahotsarekin:
unibertsoaren gurtzarako eta hausnarketarako deia

Nire gorputzeko ehun guztiek eta nire nerbioen hari
guztiek harmoniatsu abesten dituzte Om-en aingeru-melodia

Eguneroko otoitza gidaritza santuarentzat

Jauna, nire borondatea erabiliko dut eta zintzo eta
zintzotasunez lan egingo dut, baina nire ikuspegia,
borondatea eta ekintzak norabide egokian bideratuko ditut,
egin behar dudana guztia egin ahal izateko.

Errespetuaren usaina.

Eskuekin, burua makurtuta eta bihotza errespetuz
beteta hurbiltzen naiz zuregana.

Zuen gurtzaileen bihotzetatik irrika usaintsuaren
esentzia atera eta begietako ihintz tanta batzuekin nahastu
nuen.

Ur bedeinkatu horrekin garbituko ditut zure oin arrosak

Zu zara nire aita eta ama, eta ni zure seme-alaba naiz

Zu zara gidari-tutorea, zeinaren hitzak entzuten ditudan
eta zeinaren aginduak borondatez betetzen ditudan

Zatoz, jainkozko poza

Ama Unibertsala, izan zaitez gure bihotzetako sugar
bakarra eta uxatu gure arimen iluntasuna.

Eta zureganako maitasunaren malkoetan, garbitu
munduko gauzekiko dugun maitasuna

Eta zurekin dugun akordioaren pozean, uxatu behin
betiko gure tristura eta atsekabeak

Bihurtu gure bihotz txikiak zure presentzia osoa
hartzeko gai den bihotz handi batean

Eta zure izaera bedeinkatuaren ispiluan, ikus dezagun
geure burua perfektu eta garbi

Zureganako dugun maitasunaren garrak lurreko desioen
sugarraren gainetik igo daitezela

Milioi bat tentaziok zu bezala mozorrotzen dira eta
etengabe engainatzen gaituzte

Zatoz, poz hutsa! Utzi zureganako nire irrika sutsu
guztiak sartzen

Izan zaitez planeta lasaia nire ezjakintasun gau ilunetan,
hartu nire eskua eta eraman nazazu seguru eta seguru zure
babesleku segurura!

Dizipuluaren zina.

Harrotasuna apaltasunez garaituko dut

Eta gorrotoa maitasunarekin

Ilusioa lasaitasunaren bidez

Berekoikeria eskuzabaltasunak ordezkutzen du

Eta gaizkia onarekin

Ezagutzaren ezjakintasuna,

Eta kezkatu, hausnarketaren bakean, zure gainean, ene Jainkoa

Mantendu nazazu gaiztotik urrun

Babestu nazazu, Jauna, gaiztakeriarik ez entzun, ez ikusi, ez hitz egin, ez arnastu, ez ukitu, ez sentitu

Ez dut gaizkia pentsatzen, ezta gaizkia amesten ere

Otoitza Distira Handirako

Maiestatearen Jauna, Existentziaren Esentzia eta Unibertsoaren Espiritua, Lagunen Laguna! Ageriezadazu nire izatearen sekretuak. Irakatsiezadazu nola gurtu zaitzakedan isiltasunean, lasaitasunean eta erne.

Nire arimaren lasaitasunean, murgildu nazazu, zure betiko presentzia nire baitan eta inguruan konturatzeko.

Irrika handia dut zu ezagutzeko, parekorik ez duzun zu, paregabea zaren zu, bakarra eta aintzatsua, errespetu eta estimu guztia merezi duzuna!

Nostalgia-kimuak

Zure etorrerarekin batera, nire irrika kimuak lore fresko bihurtuko dira

Jauna, bizkortu lore horien sorta berde bat ehunduko dudan eta zure oinetan jarriko dudan eguna.

Jan aurretik otoitza

Jauna, onartu janari hau, santu ezazu eta ez utzi jateko gogoak zikintzen

Janaria zugandik datorkigu eta zure gorputz fisikoa elikatzeke da. Bedeinka ezazu zure espirituarekin, gu elikatzen eta indartzen gaituen espiritu bihur dadin.

Bizitzaz, graziaz eta edertasunez betetako arrosa
jainkotiar perfektua zara, eta gu haren petaloak gara. Bete
gure arimak zure presentzia eskuzabalaren usain lurrintsuaz.

Gure irrikazko haizea

Ireki gure bihotzen kimuak eta askatu haien usaina
hosto arrosen barren atzean preso, gure pertzepzio
espiritualen haizeek usain gozoak eraman eta zure tenplu
santura eraman ditzaten.

Oi zu, gurtza eta begirune guztia merezi duzuna!

Gure irrikazko haizea zure oin bedeinkatuetan jotzea
nahi dugu

Betikotasunetik xuxurlatzen direnak

Ahots betierekoak ahots leun eta baxuan hitz egin
zidan, esanez:

"Zure loaldi guztietan belarrira xuxurlatu dizut: 'Esnatu!'
Eta orain loaldia utzi duzu; esaten dizut: Esnatu zure anaiak.
Lan egin nirekin, guztiek entzun dezaten nire hitza".

Beraz, hitzeman nuen, esanez:

"Nire onena egingo dut zure deia zabaltzeko eta zure
mezua zabaltzeko, eta nire lurreko forma uzten dudanean
zure ahots guztia mailegatuko dut bihotz harmoniatsuei
xuxurlatzeko: Entzun bere kontsolamendu espiritualaren
jainkozko ereserkiak, beti deika ari baitzaizue."

Nire anai-arreba amaigabe guztien zain egongo naiz,
poliki-poliki prozesio luze batean autoezagutzaren helburu
bedeinkaturantz doazen bitartean, eta 'Betikotasuneko
Xuxurla' bidez xuxurlatuko diet: 'Esnatu, anai-arrebak, eta
jarraitu diezaiogun etengabe deitzen gaituen haren ahotsari,
eta itzul gaitezen elkarrekin zeruko etxera'.

Maitasunaren iturria zara.

Zeruko eta lurreko maitasunaren iturria zara

Zu zara bere seme-alabak babesten dituen aita eta amaigabeko samurtasunez betetzen dituen.

Gurasoei maitasun hitzak esaten dizkienean txistuka ari den haur txikia zara

Maitaleen arteko harmonia eta debozio perfektua zara

Nagusiarekiko errespetua erakutsiz, morroia garbitzen duzu eta lagunen arteko maitasun loturak sendotzen dituzu.

Maitasunaren uretan garbitu nauzu bere forma guztietan, beraz, nire arimako sentimendu guztiekin eta nire bihotzeko maitasun eta irrika guztiekin maitatzera iritsi naiz, oi maitasun, gurtza eta errespetu guztia merezi duzun zu!

Betiko Maitasunaren Abestia

Bihotzaren liraren hariak afinatzen ditut abesti zahar bat berriro jotzeko: Nire Lehen Maitasunaren Istorioa

Jainkozko Espiritua, zuri Birjina Arimaren melodia berriak eskaintzen dizkizut: zureganako nire betiko maitasunaren doinuen nahasketa autentikoak.

Nire ereserkien uhinek zure ozeano infinituaren erritmo kosmikoan dantzatzen dute, eta poz izugarritzko uhinen gainetik bultzatzen naute zure urruneneko kostaldeetarantz.

Oi itsasoen melodia, hain lasai eta bare, abestu iezadazu ahots baxuan ama jainkotiar betierekoaren irrikakantua

Oi, betiko maitasunaren abestia! Kulunkatu nazazu melodiaren ohean eta utzi loak nire begiak apaintzen, nire

ama jainkotiar maitearen magalean bakeaz gozatzen dudan bitartean.

Oroimenaren kutxatik, altxor sakratua berreskuratu nuen, eman zenizkidan dokumentuak eta promesak barne, eta maitasunaren urreagatik trukatu nituen. Harekin, nire arimaren eremu zabal batean, zure tronu loriatsuaren duina den jauregi bikain bat eraiki nuen. Eta orain zure etorreraren zain nago.

Oi, gonbidatu jainkotiar dotore eta loriatsua, orain sentitzen dut nire bihotzeko tronura hurbiltzen ari zarela, poz handienez josita.

Nire diamantezko amets hautsien zatiak, antzinako iluntasuneko muinoen azpian lurperatuta, zure bisitaren distiraz distiratzen dute

Nire izate extatikotik, esker oneko ereserki isilak etengabe isurtzen dira

Onartu mesedez nire betiko debozioaren lore eta arrosekin zuretzat bereziki ehundu ditudan ongietorri-koroak!

Nire bihotzeko lorategian

Nire gogoaren erlea nire bihotzeko lorategi isolatura hegan doa, nire maitasunaren haizearekin hegan eta zure ihintz gozoaren perlekin apainduta.

Zuretzat landu ditut bereizketa espiritualaren lili zoragarriak eta damuaren malkoak gordetzeko nartziso horiak, apaltasunaren ametsak dituzten bioleta delikatuak eta arimaren pertzepzioetarako margarita zabalak.

Zuri, nire pentsamenduen zuhaitzek erregu usaintsuen fruitu gozoak eskaintzen dizkizute, adar samur eta ihintzez betetako esku xumeekin.

Eta nire bihotzeko lorategian, nire pentsamenduen erle bat dabil, mozkortuta, zuri nektar garbiaren eskaintzen artean.

Ateak ireki

Jauna, itsu nengoenean ezin izan nuen zuregana eramaten zuen ate bakar bat ere aurkitu

Begiak sendatu dizkidazu, eta orain ate irekiak aurkitzen ditut nonahi:

Loreen bihotzean, adiskidetasunaren soinuen eta proba noble eta maiteen oroitzapenen artean, nire otoitzen xuxurla bakoitzak zure presentzia mugagabearen tenplurako pasabide berri bat irekitzen du!

Nire arimaren abestia

Biolinaren negar-hotsean, harparen burrunban eta nire pentsamendu kimuen xuxurlatzean, zure melodien oihartzuna entzun nuen. Beraz, lurreko soinu trinkoen oihala itxi eta zure ahots etereoari entzun nion, mozkortuta, abeslari jainkotiarra.

Ai, nire arima magikoaren melodia, azkenean entzun zaitut

Nire lo zaharretik esnatu nauzu

Eta hemen nago zure aldare santuan nire irrika doinu eta doinu sorta jartzen, zure irrikan

Bakea izan bedi zurekin

Bikaintasuneko arrakasta espiritual

"Zure testuliburuetaiko filosofia ikastaroak alde batera uzten ari zara. Badirudi azterketak gainditzeko 'ikuspegi'an oinarritzen zarela beharrezko ahalegina egin gabe. Baina

modu praktiko eta eraginkorrean ikasten ez baduzu, nik neuk ziurtatuko dut gai hau suspendituko duzula."

Joshai irakasleak, Serampur College-ko (India) irakasleak, hitz gogor hauekin zuzendu zitzaidan: Azken azterketa idatzian huts egin izanak esan nahi zuen ezin izan nintzela Kalkutako Unibertsitateko azken azterketetara joan, Serampur College bere sukurtsal gisa sartu baitzuen. Indiako unibertsitateetan ezarritako araua da humanitateetako azken azterketetan edozein gai gainditzen ez duen ikasleak hurrengo urtean gai guztietan errepikatu behar duela.

Serampurren nire irakasleek atsegin handiz eta umore ukitu batekin tratatzen ninduten, esanez: "Mukanda (Paramhansa) espiritualtasunez gehiegi mozkortuta dago". Horrek klasean galderak erantzun behar izatearen lotsa aurreztu zidan, azken azterketa idatziak nahikoa izango zirelakoan baitzeuden nire izena graduako eskatzaileen zerrendatik kentzeko. Nire ikaskideek, berriz, "ermitau extatikoa" ezizena jarri zidaten.

Joshail Lee irakasleak filosofian suspenditzeko mehatxua zapuzteko urrats azkar bat eman nuen. Azken emaitzak iragarri baino lehen, lankide bati irakaslearen bulegora joateko eskatu nion, esanez:

"Zatoz nirekin, lekuko bat behar baitut, eta etsita egongo naiz irakaslea benetan garaitu ez badut."

Irakasleak burua astindu zuen nire erantzunei zer nota eman zien galdetu nionean, eta ziur eta garaile esan zuen, mahaian zituen paper pila handia arakatzeko zuen bitartean: "Ez zaude arrakastatsuen artean, zure lana ez baitago lanen artean. Nolanahi ere, azterketak ez egiteagatik suspenditu duzu".

Irribarre egin eta esan nuen:

"Jauna, azterketak egin ditut, utziko al didazu nire lana neuk bilatzen?"

Irakasleak, urduri, baimena eman zidan, eta azkar atera nuen nire papera, pasahitza izan ezik nire nortasuna agerian utz zezakeen guztia arretaz ezabatuz. Irakasleak ez zuenez nire izena ikusi, nota altua eman zien nire erantzunei, nahiz eta testuliburuko edukirik ez izan!

Nire trikimailua konturatu bezain laster, oihu egin zuen: "Madarikatua zorte zakar hau!". Gero, itxaropentsu gaineratu zuen: "Ziur aski azken azterketetan suspendituko duzu".

Beste ikasgaietako azterketei dagokienez, laguntza jaso nuen, batez ere nire lehengusu eta lagun maite Prabhasengandik. Gainerako azken azterketetan arazoak izan nituen, nahiz eta mingarriak izan, eta gutxieneko nota gainditu nuen.

Orain, unibertsitateko lau urteko ikasketak egin ondoren, lizentziaturako azterketak egiteko eskubidea nuen, ia espero ez nuen pribilegioa. Serampur Collegeko azken azterketak oso errazak ziren gradu baterako beharrezkoak ziren Kalkutako Unibertsitateko sarrera azterketa zorrotzekin alderatuta. Izan ere, egunero nire irakasleari, Sri Yuktiswarri, egiten nizkion bisitek unibertsitateko aretoetan agertzeko denbora gutxi uzten zidaten. Nire presentzia nire absentzia baino harrigarriagoa zen ikaskideentzat!

Nire ia eguneroko errutina goizeko 9:30ak aldera bizikletaz joatea zen nire irakaslearen ermitara, Sri Yuktiswarrentzako eskaintza bat eramanez: ostatuko lorategiko lore batzuk. Nire irakasleak bero agurtzen ninduen eta bazkaltzera gonbidatzen ninduen, eta nik pozik onartzen nuen, unibertsitateko eta ikastaroetako pentsamenduetatik ihes egiteko irrikaz. Sri Yuktiswarrekin ordu batzuk eman

ondoren, bere jakinduria arraroa entzunez edo ermitako betebeharrak betez, gauerdi aldera alde egiten nuen nahi gabe, nire gelara itzuliz. Batzuetan gau osoa ematen nuen nire irakaslearekin, pozik murgilduta bere elkarriketa argigarrietan, iluntasunetik egunsentirako aldaketa gutxitan nabarituz.

Gau batean, hamaikak aldera, ziegatik irtetear nengoela, irakasleak serio galdetu zidan:

"Noiz hasten dira lizentziaturako azterketak?"

Nik erantzun nion: «Bost egun barru, jauna».

Esan zuen: "Espero dut prest zaudela horretarako".

Antsietate eta izua handia sentitu nuen, beraz, protestatu nuen:

"Jauna, badakizu ondoen egunak zurekin eman ditudala, ez unibertsitateko irakasleekin, beraz, nola jasan dezaket azken azterketa zailtara joateko farsa?"

Sri Yuktiswarrek begirada zorrotza bota zidan eta hotz baina irmo esan zidan: "Azterketetara joan behar duzu, zure aitari eta besteei unibertsitatea baino bizitza monastikoa nahiago izateagatik kritikatzeko aukerarik ez emateko. Promesa iezadazu azterketetara joango zarela eta galderak erantzuteko ahal duzun guztia egingo duzula".

Ezin eutsi nituen malkoak aurpegitik behera isuri ziren, eta irakaslearen eskaera logikoa ez zela iruditu zitzaidan, eta bere kezka berandu iritsi zela. Hasperen eta negarrez, esan nuen:

«Zure nahia hala bada, joango naiz, baina ez dago denbora nahikorik behar bezala prestatzeko». Eta neure buruari gehitu nion: «Orrialdeak zure irakaspenekin beteko ditut galderei erantzunez!».

Hurrengo egunean ohi bezala santutegira sartu nintzenean, arrosa sorta eman nion solemneki eta malenkoniaz, eta Sri Yuktiswarrek nire egoera tamalgarriaz barre egin eta esan zuen:

"Jainkoak inoiz hutsik egin dizu azterketa batean edo beste zerbaitetan?"

Jainkozko laguntzaren oroitzapen atseginak burura etorri zitzaizkidanean, gogotsu erantzun nion: "Ez, Jainkoarren, jauna".

Irakasleak jarraitu zuen: "Ez zen nagikeria izan, baizik eta jainkozko irrika sutsu bat izan zen unibertsitateko ohoreak bilatzea eragotzi zizun"

Isilune baten ondoren, honakoa aipatu zuen: «Jainkoarengan konfiantza jartzen duen edonork, Hark nahikoa izango dio». «Bilatu lehenik Jainkoaren erreinua eta haren nahia, eta Jainkoak bere bedeinkapenak handituko dizkizu eta behar duzun guztia emango dizu».

Irakaslearen aurrean kezka pisua arintzen sentitu nuen. Bazkari goiztiarra amaitu genuenean, irakasleak ostatura itzultzea proposatu zigun, esanez:

"Zure lagun Romesh oraindik ostatuan al dago?"

"Bai, jauna" esan nuen.

Esan zuen: "Jarri harremanetan berarekin eta Jainkoak inspiratuko du azterketekin laguntzeko".

Nik erantzun nion: «Bai, jauna, baina Romesh oso lanpetuta dago. Gure taldeko ohorezko ikaslea da eta beste ikasleek baino zama akademiko handiagoa du».

Irakasleak nire eragozpena ez zuen kontuan hartu eta esan zuen: "Romeshek denbora aurkituko du zuretzat. Orain zoaz, Jainkoaren bedeinkapenarekin".

Bizikletan igo eta bueltan joan nintzen. Ostatuko patioan topatu nuen lehenengo pertsona Romesh, ikasle nagusia, izan zen. Laguntzeko denbora balu bezala, nire eskaera onartu zuen, esanez:

"Lasai egon, Mukanda, zure zerbitzura nago."

Arratsalde hartan eta hurrengo egunetan ordu asko eman zituen gai desberdinetan trebatzen, eta gero aholkuak eman zizkidan, esanez:

"Uste dut aurten ingeles literaturako galdera asko Childe Haroldi buruzkoak izango direla, eta berehala atlas bat eskuratu beharko genukeela"

Osabaren etxera presaka joan nintzen eta atlas bat maileguan hartu nuen, non Romeshek Europako mapa batean Byronen bidaiari erromantikoak bisitatutako lekuak markatu zituen.

Lankide talde bat bildu zen gure inguruan ikasgaia entzuteko, eta azkenean batek komentatu zuen:

"Romeshek aholku okerra ematen ari zaizu, galderen %50a bakarrik izaten baita normalean liburuei buruz, eta beste erdia egileen bizitzari buruz".

Baina hurrengo egunean ingeles literaturako azterketarako eseri eta lehen aldiz azterketa-orriari begiratu nionean, esker oneko malkoak begietatik isuri eta papera busti zitzaidan. Zaintzailea hurbildu zitzaidan eta, enpatiaz, arrazoia galdetu zidan, eta azaldu nion:

"Nire irakasle bikainak iragarri zuen Romesh laguntzeko gai izango zela. Begira, Romeshek proposatu

zizkidan galderak azterketa-paperean agertzen diren berberak dira. Zorionez niretzat, aurten galdera gutxi daude niretzat sekretu itxia diren ingeles egileei buruz!"

Itzuli nintzenean, ostatua zarataz gainezka zegoen, eta Romeshen metodoak iseka egin zituzten gazte berberak ia modu gorrean zoriontzen ninduten orain. Azterketen astean, ordu amaigabeak eman nituen Romeshekin, irakasleek sartuko zituzten galderak idazten zituena. Egunero, Romeshen galderak azterketa-paperetan agertzen ziren, ia hitz berberak erabiliz.

Unibertsitate osoan zabaldu zen berri ona mirari baten antzeko zerbait gertatzen ari zela, eta "ermitau extatiko" distraituaren arrakasta orain aukera erreala zela. Ez nuen egia ezkututzen saiatu, eta bertako irakasleek ez zuten indarrik izan Kalkutako Unibertsitateak ezarritako galderak aldatzeko.

Ingeles literaturako azterketari buruz sakon hausnartzen ari nintzela, goiz batean konturatu nintzen akats larri bat egin nuela. Galderetako batek bi zati zituen: (a) edo (b) eta (c) edo (d). Zati bakoitzeko galdera bati erantzun beharrean, bi galderak lehenengo zatian erantzun nituen, bigarrena erabat baztertuz. Azterketa horretan lor nezakeen notarik altuena 33 zenez, hau da, 36ko gutxieneko nota gainditzeko hiru puntu gutxiago, irakaslearengana joan nintzen korrika, nire zorte txarra deitoratuz, esanez:

"Jauna, barkaezina den bekatu bat egin dut, eta ez naiz Romesh-en bidez jaso ditudan jainkozko bedeinkapenen merezi."

Irakasleak erantzun zidan: "Lasai egon, Mukanda, eta lasai egon".

Sri Yuktiswarren tonua alaia eta arduragabea zen. Ondoren, eskua zerurantz altxatu eta esan zuen: "Eguzkiak eta ilargiak espazioan beren bideak trukatzeari litekeena da unibertsitateko titulua ez lortzea baino".

Monasteriotik lasaiago irten nintzen, arrakasta matematikoki ezinezkoa zirudien arren. Behin baino gehiagotan, zerura begiratu nuen urduri eta Eguneko Andre Maria bere ohiko orbitan finkatuta ikusi nuen!

Aterpetxera iritsi nintzenean, lankide batek esaten entzun nion: "Berehala jakinarazi zidaten aurten lehen aldiz Ingeles Literaturako gaitzeko nota jaitzi dutela".

Gaztearen gelara sartu nintzen korrika, urduri, eta egia galdetu nion emozio handiz. Begiratu egin ninduen eta, barre eginez, erantzun zidan:

"Ai, ile luzeduna, zergatik hainbeste interes akademiko? Eta zergatik azken uneko zirrara? Hala ere, gaitzeko nota 33ra jaitzi da dagoeneko."

Sararen energia mugagabeak nire gelara eraman ninduen berriro, non belaunikatu eta Jainkoari eskerrak eman nizkion bere kontabilitate perfektuagatik eta grazia mugagabeagatik. Indar espiritual batek argi eta garbi gidatzen ninduela sentitu nuen Romesh-en bidez. Kasualitate esanguratsu bat gertatu zen nire bengalera azterketarekin. Romesh-ek, gai horretan lagundu ez zidanak, goiz batean itzultzeko eskatu zidan, aterpetxetik azterketa-aretorantz irtetear nengoela.

Lankide batek oihu egin zidan: "Romeshek deitzen dizu, ez itzuli edo berandu iritsiko gara".

Lankide horren aholkuari jaramonik egin gabe, Romesh zegoen lekura itzuli nintzen presaka, eta hark esan zidan:

"Bengalerako azterketa erraz gainditzten dute normalean bengalerako ikasleek, baina bururatu zait aurten irakasleek ikasleak agindutako liburueta galderekin 'sarrailtzeko' asmoa dutela". Orduan, nire lagunak labur azaldu zizkidan Bahrul Uloom Vidya Sagarren bizitzako bi gertakari, XIX. mendeko humanitario handi eta ospetsuarena.

Romeshi eskerrak eman eta bizikletaz unibertsitateko patiora joan nintzen. Bengalako azterketaren papera berak deskribatutako bezalakoa zen, bi atal zituen. Lehenengo atalak honako hau eskatzen zuen: "Bahrul Uloom Vidya Sagarri egotzitako bi adeitasun ekintza idatzi". Romeshen emandako ezagutza berri hau paperera transferitu ondoren, Jainkoari eskerrak eman nizkion azken unean entzun izanagatik. Bahrul Uloomek gizateriarekiko zuen ongintzaren berri izan ez banu (eta orain horien artean nago, noski!), ez nuke bengalerako azterketa gainditu ahal izango.

Bigarren galdera paperean hau zen: "Idatzi saiakera bat bengaleraz gehien inspiratu zaituen pertsonaren bizitzari buruz". Ez dizut esan beharrik, irakurle maitea, nor aukeratu nuen nire gai gisa. Irakaslearen laudorioz orrialdeak betetzen nituen bitartean, irribarre egin nuen, nire hitzen egia konturatzean: "Orriak zure irakaspenekin beteko ditut!".

Ez nuen Romeshi filosofiarekin laguntza eskatzeko beharrik sentitu. Sri Yuktiswarren gidaritzapean izandako prestakuntza zabalean konfiantza izanik, testuliburuko azalpenak konfiantzaz baztertu nituen, eta filosofia izan zen jaso nuen notarik altuena. Beste ikasgaietako nire puntuazio konbinatuak nahikoa izan ziren gainditzeko.

Plazer bat da hemen aipatzea Romesh lagun maiteak azterketa bikain gainditu duela.

Aitaren aurpegia irribarrez bete zen nire graduazioan, eta onartu zuen: "Zeinen ere ezin nuen imajinatu zure

arrakasta, seme! Hainbeste denbora ematen duzu zure irakaslearekin". Izan ere, nire irakasleak bazekien aitaren kritikak.

Urte askotan zalantzan egon nintzen Lizentziatur titulua nire izenari gehituko nion eguna iritsiko ote zen. Gutxitan erabiltzen nuen titulu hori arrazoi misteriotuengatik emandako opari sakratu bat zela pentsatu gabe. Batzuetan entzuten dut unibertsitateko lizentziatuek esaten ikasitakoaren zati txiki bat baino ez zitzaiela geratzen graduatu ondoren. Haienganako aitorpen honek nire ukaezinak diren gabezia akademikoengatik ere kontsolatzen nau.

1914ko ekainaren egun hartan, Kalkutako Unibertsitatean titulua jaso nuenean, irakaslearen aurrean makurtu nintzen bere bizitzatik zetozen eta nire arima inguratu zuten bedeinkapenengatik eskerrak emateko. Jolasean altxatu ninduen eta esan zidan:

"Jaiki zaitez, Mukanda Jainkoak errazagoa izan du zu unibertsitateko graduatu bihurtzea eguzkiaren eta ilargiaren ibilbidea berrantolatzea baino!"

Egunerokoa : Autobiografia bat
Esaera zaharrak, poemak eta ipuinak irakaslearentzat
Paramhansa Yogananda



Jainkozko botere hori
Lagunduko eta indartuko zaitu
Beti lagundu eta indarra eman zidan bezala
Nire esperientzia pertsonaletik kontatzen ditut datu
hauek

Gauza hauek nire bizitzan bizi izan ez banitu
Horri buruz hitz egiteko gai izan nintzenean
Jainkoarengan fedez bizi naiz
Jainkoa da nire indarra
Jainkoaren botereaz gain beste botererik ez dut sinesten
Eta botere bedeinkatu horretan zentratzen naizenean
Nirekin topo egiten duzu eta nire bidez lan egiten duzu
Zeruko urretxindorra
jainkotiar

Zure urretxindorra naiz, zure presentzia kosmikoaren
zeruetara igotzen
Zure egiaren tanten etengabeko bilaketan
Konfiantza sakonarekin otoitz egin dizut
Isiltasunaren hodei gogorretatik zure errukiaren euria
bidal dezazun

Eta oso egarri nengoenez
Zurekin dudan kontzientziaren puntu sakratu guztiak
irrikaz besarkatu nituen
Ai, zenbat desiratzen nuen zure presentzia nire baitan
!eta inguruan sentitzea

Nire egarri kronikoa zure ukituak hoztu zuenean
bakarrik asetu zen
Nire arima ezinegona eta nire izatea ilusioz sutan
Etsipen eta itxaropenik gabeko sasoia igaro da
Arazoen lehortasuna zure bakearen euri-jasarekin
desagertu zen

Eta orain isilik hegan egiten dut eta hegan egiten dut,
poz eta gogobetetasun abestiak abesten
Zure urretxindorra naiz, zure kontsolamenduko urak
bakarrik edaten dituen
Zure existentziaren altueretatik etengabeko jaitsiera
* * *

Bizitza honetako jende gehienarentzat hitz gakoa "ni"
.da

Tenperamentu eta joera espiritualak dituen pertsona
batek bere burua bezala pentsatzen ditu besteak
Beren buruaz bakarrik pentsatzen dutenek besteen
etsaitasuna eta haserrea ekartzen dituzte beren gain
Ingurukoek Baina besteen sentimenduak eta interesak
kontuan hartzen dituztenek aurkitzen dute
Beste batzuek haiengan pentsatzen dute eta haien
sentimenduak kontuan hartzen dituzte
Herri batean ehun pertsona badaude, eta bakoitzak
hartu nahi badu

Beste bakoitzak laurogeita hemeretzi aurkari izango
ditu. Baina bakoitzak
Norbaitek beste bati laguntzen saiatzen bada, bakoitzak
laurogeita hemeretzi lagun izango ditu
Horrela bizi izan naiz eta ez dut ezer galdu daukadana
.besteekin partekatuz
Egia esan, eman nuen guztia bikoitza itzuli zait,
.Jainkoaren graziari esker. Eta orain ez dut irrikarik
Ezergatik ez, nire baitan daukadana imajina nezakeen
.edozer baino handiagoa eta preziatuagoa baita
Munduak ematen dit Gizakiak zoriontasuna lortzea du
.helburu
Zoriontasuna lortutakoan, zoriontasunera eraman duten
inguruabarren beharra desagertzen da
Mundu honetan dudan berme bakarra jendeak nirekin
dituen sentimendu onak dira. Benetako aberastasuna
.maiteen eta lagunen bihotzetan bizitzean datza
Bizitza honetan Jainkoarekin konektatzen saiatu behar
dugu. Giza existentzia, adimena eta borondate askea eman
zaizkigu, eta, beraz, dohain horiek erabili behar ditugu
.Jainkoa aurkitzeko
Altruistak garenean, zoriontsu bihurtzen gara eta bide
honi jarraitzen badiogu, beste batzuei eragingo die
Gure ingurukoek gu bezala jokatzeko dute eta gu
.imitatzen saiatzen dira. Hau ezabatu egin behar da
Berekoikeria da banakako eta gizarteko gaitz guztien
erroa
?Nola eta zergatik hasten dira arazoak
Gizaki orok ahalegintzen da -kontzienteki edo
inkontzienteki- garaiezina eta hilezkorra dela sinetsita
egoteko. Bere kanpoko nahi guztietan, zientziaren,
merkataritzaren, medikuntzaren edo bizitzako beste edozein
alderdiren bidez, bakea eta segurtasuna, sufrimendutik
.askatasuna eta zoriontasun iraunkorra lortu nahi ditu

Ondo dago hori, izan ere, bere eskubidea eta bere
ondare naturala da bere Sortzaileak berarentzat nahi duena,
baldin eta berak ere bedeinkapen berberak nahi baditu
.besteentzat ere, beretzat nahi dituen bezala
Alde batetik, jende gehienak ondare mugagabe eta
infinitu hori bide mugatu eta finituen bidez eskuratzen
.saiatzen da

Giza lorpenak hobetu eta merezimendu handiagoa
izango lukete, mundua aurkitzeaz gain, norberaren barneko
potentzial eta botere espiritualak esploratzeko beharrezko
!ahalegina ere egingo balitz
Zalantzarik gabe, aurrerapen materiala miresgarria da,
baina kanpoko arrakasta kopuru batek ere ez dio pertsona
bati hainbeste bilatzen duen barne-asebetetzea eta
.segurtasuna emango

Zientziak aurreko belaunaldiak mehatxatzen zituzten
epidemia asko desagerrarazten lagundu du eta gosea eta
pobrezia ezabatzeko gai diren ekoizpen-metodo aurreratuak
garatzen lagundu du. Hala ere, lorpen materialetan soilik
oinarritutako mundu honetako oreka osasuntsu bat
.mantentzea zaila da

Pertsona batek aurrera egiten du arlo jakin batean,
baina gero harrituta geratzen da ustekabeko arazoek bere
.lorpenak hondatzen dituztela

Horrek ez du esan nahi pertsona batek ez lukeela bere
arazoei irtenbideak kanpoko bideetatik bilatzen saiatu behar,
baizik eta oreka bilatzen saiatu behar dela eta alde batera ez
.joatea bestearen kaltetan

Jainkoak arrazoia eta borondatea eman dizkio gizakiari,
eta hauek erabili behar ditu munduan duen baldintzak
hobetzeko. Ahalegin onak egiten diren bitartean, boterearen
eta adimenaren barne-iturria ezagutu eta iturri horrekin
harmonizatu behar da, harmonizazio-porrota baita
.gizakiaren arazo eta akatsen atzean dagoen arrazoia

Ezin duzu eserita egon eta arrakasta zure eskuetara erortzea espero. Zure bidea zehaztu eta zure borondatea aktibatu ondoren, ahalegin praktikoa egin behar duzu, eta ikusiko duzu arrakastarako behar duzun guztia pixkanaka iritsiko zaizula, eta denak norabide egokian bultzatuko zaituela. Zure borondateak, jainkozko borondatez blaituta, zure otoitzak erantzungo ditu, borondate hori erabiltzen .duzunean, zure erreguak beteko diren atea irekitzen baituzu. Gizateriak zientzian, teknologian, medikuntzan eta beste arlo batzuetan adituak bihurtu dira, erosotasunak eta komenientzia eskaintzeko aukera emanaz. Hala ere, horrek ez du esan nahi bere Sortzailea alde batera utzi dezakeenik. Bestela, lorpen horiek beren balioa galduko lukete, eta arazo sozialak, familiarrak, politikoak eta ingurumenekoak sortzen eta zabaltzen hasiko lirateke. Hau da, kanpoko faktoreen menpe erabat bihurtuz, gizateriak metodo eta bitarteko zientifiko bidez askatu duen potentzial izugarria kudeatzeko jakinduria galtzen duelako. Ondorioz, bizitza hain konplexu bihurtzen da, ezen zaila bihurtzen baita horri aurre egitea, eta baita antsietate eta ziurgabetasun iturri .ere

* * *

Pertsona batek bere pentsamendu, sentimendu eta ikuspegi guztiekin bizi behar du, eta inguruko guztiari erne eta arreta jarri behar dio, argazkilari trebe batek paisaia zoragarrienen argazkirik zoragarrienak ateratzeko aukera .egokienak aprobetxatzen dituen bezala. Benetako giza zoriontasuna pertsona batek ikasteko eta modu egoki eta errespetuzkoan jokatzeko etengabeko prestutasunean datza. Zenbat eta gehiago hobetu norberak bere burua, orduan eta gehiago laguntzen du inguruko .aurrerapenean eta zoriontasunean. Gutxi dira beren egoera aztertzen dutenak eta aurrera edo atzera doazen erabakitzen dutenak.

Pertzepzioaz, jakinduriaz eta ulermenaz hornitutako gizaki gisa, gure betebeharririk handiena ezaugarri horiek behar bezala erabiltzea da, aurrera edo atzera goazen jakiteko. Porrotak behin eta berriz topatzen baditugu ere, ez dugu etsi edo itxaropena galdu behar. Porrotak katalizatzaile gisa balio behar du, ez oztopo, gure hazkunde fisiko eta .espiritualerako

* * *

Arazoak eta zailtasunak pertsona batek bere iraganeko ekintzen kontzientzia ezatik sortzen dira, une eta leku jakin batean egindakoak. Beren egungo sufrimendua esandako pentsamendu eta ekintzetatik dator, zeinak bere kontzientziaren lurzoruan sustrai hartu dituzten, landare bihurtu eta pentsamendu eta ekintza horien mota bereko .fruituak eman dituzten

* * *

Bizitza hobeago baterako prestaketa onena Bizitzaz benetan gozatu nahi badugu, orain da unea — ez bihar, ez datorren urtean, ezta beste bizitza batean ere. Datorren urtean bizitza hobe izateko prestaketarik onena aurten bizitza emankor, harmoniatsu eta esanguratsu bat bizitzea da. Lorpen eta zoriontasun handiagoko etorkizuneko bizitza batean dugun sinesmena alferrikakoa da orain ekintzetan bihurtzen ez badugu. Gaur izan beharko litzateke .gure bizitzako egunik garrantzitsuena eta esanguratsuen

* * *

Ezkondutxo nahi dutenek beren emozioak eta bulkadak kontrolatzen ikasi behar dute, eta eskolek trebetasun hau irakatsi beharko lukete, lasaitasuna eta fokua landuz gain. Etxe zorigaiztoko eta familia hautsi asko daude alderdi garrantzitsu hau alde batera uzten delako, bai etxean bai eskoletan. Nola bizi daitezke elkarrekin bakean eta lasaitasunean bulkada eta desira kontrolaezinak dituzten bi ?pertsona

Ezkontzaren hasieran, ezkonberriak emozio eta zirrara
olatu batek eramaten ditu. Baina denbora baten ondoren,
sentimendu horiek desagertzen hasten diren heinean,
bikotearen benetako izaera azaleratzen hasten da,
eztabaida, desadostasun, liskar eta etsipenarekin batera.
Bihotzak benetako maitasuna eta adiskidetasuna behar ditu,
eta batez ere, lasaitasuna eta bakea. Bakea emozio biziak
hausten dutenean, ezkontzaren zutabe garrantzitsu bat
.ahuldu egiten da

* * *

Gorputzeko organoek eta emozioek nerbio-sistema
osasuntsu bat behar dute osasuna, bizitasuna eta
sentikortasuna mantentzeko. Nerbio-sistema egoera onean
mantentzeko, garrantzitsua da norbera askatzea beldurra,
haserrea, gutizia eta inbidia bezalako emozio
.suntsitzaileetatik

* * *

Zure zoriontasuna zure arrakasta da, beraz, ez utzi inork
.zure zoriontasuna kentzen

Babestu zeure burua zu gogaitzen saiatzen
direnengandik. Gaztea nintzenean, oso gogaikarria egiten
zitzaidan nire inguruko zurrumurru faltsuak zabaltzen
zituztenek, baina geroago konturatu nintzen nire
kontzientzia askoz garrantzitsuagoa dela jendeak niri
.ematen didan onespina baino

Kontzientzia pertsona baten pentsamenduak eta
motibazioak fideltasunez eta zehaztasunez erregistratzen
dituen kontzientzia intuitiboa da. Kontzientzia garbi
dagoenean eta pertsona batek badakienean zuzena dena
egiten ari dela, ezerk ezin du beldurtu. Kontzientzia garbia
Jainkoaren faborearen lekuko da. Kontzientzia garbia
dutenek zoriontasuna aurkitzen dute beren bizitzan eta
.Jainkoaren bedeinkapenak eta faborea jasotzen dituzte

* * *

Pertsona batek esaten duen hitz bakoitzak eragin iraunkorra uzten du bere garunean eta adimenean. Pertsona baten arima bere gorputzetik irteten denean heriotzan, beste erreinu batera sartzea bere karmak (bere ekintzen ondorioek) emandako epaiaren araberakoa izango da, hitz .on edo txarrek eragindakoa

Gogo noble batetik datozen hitz onak emaitza onak emango dizkiote arimari, ohitura txarrek bultzatutako hitz gaiztoek, berriz, karma txarra edo emaitza txarrak metatuko .dituzte arimari

Hitza hiru bibrazioz osatuta dago: bibrazio kausala edo intelektuala, bibrazio zinetikoa edo planetarioa eta bibrazio .fisikoa edo itxurazkoa

:Bakea" hitzak hiru bibrazio desberdin ditu"

Bakea" hitza ahoskatzen denean pentsamenduaren" 1
edo borondatearen zalantza

Bakea" hitza ahoskatzen denean, borondateak" 2
bultzatutako energiaren bibrazioa garunean, ahots-kordetan
eta mihian

Ahots-korden bibrazioa eta "bakea" hitza 3
ahoskatzearen efektu fisikoa

Beraz, hitz orok, onak edo txarrak, bere bibrazioak uzten ditu —hau da, bere efektuak— gorputzean edo garunean, eta bizi-energian eta adimenean joera eta desioen moduan. Oinarri honetan, hizkera ororen bibrazioek joera onak edo .txarrak uzten dituzte gogoan

Egia desitxuratzeko motiboak kentzen dituenak indar izugarria ezartzen du bere baitan, lekukotasun faltsurik ez .emateko eta bere hitz guztiak egiazkoak izateko

Jauna, eman iezadazu indarra nire ahotsa egiaren zerbitzura erabiltzeko, hitz gozo, onuragarri eta freskagarriak esanez. Jo ezazu zure doinu hilezkorrak nire bizitzako txirulan, zure doinu santuen bibrazioek .bedeinkatua izan nadin

* * *

manta flotatzailea

Behin, bi lagun ibaiertzean zehar zihoazen manta
flotatzaile bat zirudien zerbait ikusi zutenean. Bietako batek
.bere burua ibaira bota eta igeri egin zuen "manta" iritsi arte

Baina berandu itzuli zen bankura, eta lagunak ohartu
zen zailtasunak zituela "manta"rekin eta hori zela berandu
:itzultzearen arrazoia, beraz, oihu egin zion, esanez
?Zergatik ez duzu bera uzten eta itzultzen

Lagunak erantzun zion: Hori da egiten saiatzen ari
naizena, baina manta itsatsita daukat eta ez dit joaten eta
.itzultzen uzten

Harridura handirako, berandu konturatu zen manta bat
.zela uste zuena hartz igerilari bat baino ez zela
Istorio hau esanguratsua eta gizakiaren bizitzako alderdi
askotan aplikagarria iruditzen zait. Uste dut bere mezua
zuhurtzia eta kontuz ibiltzea dela, ondorio desiragarriak izan
.ditzaketen ekintzetan presaka ez ibiltzeko

Manta hau pentsamenduen ibaian flotatzen ari den
kontzeptu bat besterik ez izan daiteke, eta, amaitzean,
.kontrolatzeko zaila den obsesio izugarri bihurtzen da
Edo ohitura kaltegarria izan daiteke, behin garunean
errotu ondoren, haren oinarriak jo eta sustraiak zabaltzen
dituena, pertsona baten izatearen parte bihurtuz, eta,
.ondorioz, haren atzaparretan preso bihurtzen dena
Edo bestelako tentazio mota bat izan daiteke, garaiz
edo egoki ez den inbertsio bat, eta galera handiak dakartza,
.bai materialak bai moralak

Edo logikoa eta praktikoa dirudien ideologia bat izan
daiteke, beraz, pertsonak hura hartzen du eta, bere izatean
sartu ondoren, konturatzen da haren errealitatea oso
.desberdina dela itxuratik

Edo joera edo noraezean egon liteke aurreikusi gabeko
ondorioekin

Edo iluntasunera jauzi bat

* * *

* * *

Zilarrezko abestiz eta urrezko ametsez aberatsa
Maitasunaren diruarekin, sare distiratsu eta argitsuak
.erosi nituen arimaren pertzepzioetarako

Eta bertatik ehun argitsuako sare indartsu bat sortu

zuen

Zure jakinduriaren ozeanoa zeharkatu nuen zure bila

!Harrapaketa ugaria eta baliotsua izan zen

Sentimendu on eta zoriontsuen multzoak lortu nituen

Eta galdutako oroitzapen sakratuen altxorak

,Gainera

Aurkitu zaitut

!Eta harrapatu zaitut, altxorren altxorra

* * *

Bizitzako udako egunetan

Emozioaren nektarra biltzen dut

Bertute gozoen loreetatik

Arima onen lorategietan hazten dena

Eta bihotzean gorde nuen

zuku destilatua

Tolerantziaren lore gorenetatik

Eta apaltasunaren kimuak beren usain leunarekin

Eta loto ideia samurren lore arraroak

Eta gainera erortzen denean

Elurra, negu hotzeko esperientziak

Eta lurreko banantze mingarria

Beroa eta lasaitasuna bilatzen ditut

Nire bihotzeko zelulan gordetako nektarrean

Zelula bedeinkatu horretan, zure presentzian

Askotan aurkitzen dut erle jainkotiarra

Nire zahartutako irriken gozotasuna edan

Lasaitua, pozik eta eroso sentitzen naiz

* * *

Gizateriaren anaitasunean sinesten dut, maitasun
unibertsalean, ulermenean eta pertsonen arteko lankidetzan,

.bizitzako zama elkarri arintzeko

Helburu global nobleak sartu behar dira mundu honetan,

eta idealak hartu behar dira gizateria maila altuetara

igotzeko, bere pentsamenduak fintzeko, bere nahiak
.mugatzeko eta bere talentu nobleak zorrozteko
Hori adibide espiritualaren eta printzipio sendoen bidez
lor daiteke, ez indar gordinaren eta gerra suntsitzaileen
bidez. Botere politikoa arriskutsua da gidatu eta gobernatu
.behar duten printzipio espiritualik gabe
Printzipio espiritualak aipatzen ditudanean, ez ditut
doktrina, sekta edo sinesmen-afiliazio espezifikokoak aipatzen,
baizik eta lege unibertsalak: zuzentasunaren eta bertutearen
legeak, guztiei aplikatzen zaizkienak eta ontasuna, ongizatea
.eta bakea ekartzen dizkietenak

* * *

Zergatik ematen du gizakiak denbora maitasun apurren
eta diru-eskukada baten eta hau edo bestearen bila, dena
aurki dezakeenean maitasun eta indar guztien iturria den
?Jainkoarengan

Ez genuke Jainkoa botere-goseagatik bilatu behar,
maitasun-desiragatik baizik Orduan aurkituko dugu altxor
handia Jainkoa maitasun sakon eta bihotzeko batez maite
dugunean, Hark erantzuten digu, eta haren maitasuna gure
.bihotzetan taupadaka sentitzen dugu

Bizitza gozoagoa da Jainkoa kontenplatzen denean
Zenbat eta gehiago kontenplatu eta egoera espiritualean
zentratuta egon jardueran zehar, orduan eta handiagoa da
irribarre egiteko gaitasuna Erreinu horretan nago orain eta
beti, jainkozko kontzientzia zorientzuan Ezerk ez nau
eragiten Bakarrik edo besteekin izan, Jainkoaren poza beti
.dago nire baitan

Nire irribarrea mantentzea lortu nuen eta irribarre
berdinak zure baitan ere badaude, arimaren poza eta
zorientasun bera zure baitan dago. Ez dituzu eskuratu
beharrik, berreskuratu besterik ez. Zentzumenekin auto-
errealizazioaren bidez galdu dituzu aldi baterako, eta
.berreskura ditzakezu

Ikusmenaren, entzumenaren, dastamenaren,
usaimenaren eta ukimenaren bidez goza daitezkeen gauza
fisikoek poza hutsa ekartzen dutela uste duen edonor oso
oker dago. Zentzumenek ez dute zoriontasuna ematen;
aitzitik, kentzen digute. Zure zoriontasunerako baldintzak
ezartzen badituzu, esaterako, "Ezin naiz zoriontsu izan
aurpegi hori ikusi arte", ez duzu inoiz poza hutsa eta aldatu
.gabea biziko, zentzumenen plazerak iragankorrak baitira
Egunek eta urteek edertasun fisikoan eragina dute
Mundu materialeko guztia aldaketaren legearen menpe dago
Beraz, pertsona batek munduko aurpegi eder guztiak ikusi,
soinu guztiak entzun eta nahi duen guztia ukitu ahal izango
balu ere, ez luke benetako zoriontasuna aurkituko Hala ere,
.zoriontsu direla pentsatuz engaina dezakete beren burua
Batzuetan, zerbait lortzeko ahalegin handia egin
ondoren, ez da zoriontasunik aurkitzen gauza horretan
bertan. Hala ere, egindako ahaleginetik nolabaiteko
gogobetetasuna lortzen du, eta horregatik zoriontsu dela
uste du. Baina gogobetetasun mota hau aldi baterakoa eta
.iheskorra da
Beraz, alferrikakoa da zentzumenetan zoriona bilatzea.
Poztasun espirituala hitzez eta aurpegiko keinuez aurkitu eta
adierazi behar da. Pertsona batek hori egiten duenean,
irribarre txiki batek ere inguruko guztiak bere magnetismo
bedeinkatuaz inguratuko ditu, eta besteak zoriontsu
.sentituko dira
Baina Jainkoak bakarrik alda ditzake bihotzak Ez diogu
geure buruari on egiteko gaitasuna egotzi behar Jainkoa da
existitzen den on-egile bakarra Mundu hau Berea da Bere
presentzia sentitzen baduzu eta konturatzen bazara dena
kontrolatzen duela, eta dena berari uzten badiozu —egintza
onak eta baita txarrak ere—, harrituta geratuko zara zure
.ekintza guztiak ekintza on bihurtuko direla ikustean

Beste pertsona bati ongi pentsatzen diogunean, gure kontzientzia zabaldu eta gure ikuspegia zabaldu egiten da.

Gure hurkoari buruz pentsatzen dugunean eta harekin errukia erakusten dugunean, gure izatearen zati bat harekin batera doa pentsamendu horrekin batera, eta ez da pentsamendua bera bakarrik behar dena, baizik eta .pentsamendu hori martxan jartzeko prestutasuna ere Ez guke inor baztertu behar gure maitasun zirkulutik {eta zure bizilaguna zure antzekoa da} {zure bizilaguna, gero zure bizilaguna, gero zure bizilaguna}

Ezkontza altruismoaren ikasgai bat da. Bi pertsonak bizitza partekatzen dute elkarrekin, gero seme-alabak datoz eta gurasoek bizitza partekatzen dute eurekin. Baina berekoia da familia hurbilean bakarrik pentsatzea, maite ditugunek egunen batean utziko gaituztelako, eta horrek gogorarazten digu giza harremanen helburua besteen aldeko sakrifizioaren kontzientzia zabaltzea eta eurekin ondasun .materialak eta sentimendu atseginak partekatzea dela

* * *

Lo egiten duzunean, pentsamenduak eta sentimenduak pasiboki baretzen dituzu, baina meditazioaren bidez kontzienteki pentsamenduak eta sentimenduak baretzen dituzunean, lehenengo bizitzen duzuna bake egoera bat da, eta aurpegiko muskuluek eurek bihotzaren bakea islatzen .duen irribarre bat osatzen dute

Baina bake egoeratik harago begiratu behar duzu zure .arimaren garbitasuna ikusteko

Garbitasun hori, akatsik eta estimulu sentensorialek edo erreakzio automatikoek desitxurarik gabea

Emaitza zentzumenekin lotutako pentsamenduak dira eta orduan bizi duzun egoera etengabe berritzen den .zoriontasuna da

Profetek eta santuek poz hori dute bihotzean beti.

Segurtasun eta lasaitasun bedeinkatua sentitzen dute, haserrearen ekaitzen aurrean astindu gabe eta garaitu gabe

daude, eta kezkek eta beldurrek ez dituzte ukitzen.

Arrazoiaren edo ikuspegiaren bisturia erabiliz, beren
pentsamenduak edo besteenak aztertu ditzakete gogoaren
ebakuntza-mahaian, beren lasaitasuna eta lasaitasuna
.mantenduz

Arimaren zoriontasunean, depresioa erabat desagertzen

da, eta bereizketa espiritualak sortzen da dizipulu
.zoriontsuaren izatean, bere sendotasuna areagotuz goi-nian

* * *

Benetako irribarrea zoriontasun espiritualaren irribarrea

da, Jainkoa kontenplatuz eta pentsatzetik eta haren
.presentzia sentituz lortua

Nire irribarrea barneko poz sakon batetik sortzen da —

denon eskura dagoen poz batetik— Loratzen ari den arrosa
baten bihotzetik ateratzen den usaina bezalakoa da.

Gozamen handi honek besteak gonbidatzen ditu
.zoriontasunaren ur sakratuetan murgiltzera

:Lau egoera hauek ezagutzen ditu pertsona arrunt batek

Pozik sentitzen da desio bat betetzen denean

.Zorigaiztoko sentitzen da hori lortzea eragozten bazaio

Baina ez pozik ez deprimituta ez dagoenean, aspertuta
sentitzen da

Plazer, min eta asperduraren emozio edo egoera

psikologiko hauek gairatuz, bakean sentitzen da norberak

Bakea oso egoera desiragarria da, tristura, plazer eta

asperduraren gabeziaren ondorioz sortzen dena. Egoera
.hauek etengabe aldatzen dira ariman

Minaren eta plazerraren olatu amorratu eta zaratatsu

baten ondoren, asperduraren sakonean behin eta berriz
murgilduz

Bakearen itsaso bare baten bularrean flotatzen plazerra

dago

Baina bakea baino handiagoa da estasi espiritualak,

arimaren poza, zoriontasun gorena. Berritutako poza da,

inoiz desagertzen ez dena, baina arimarekin
.betikotasunerako laguntzen duena
Poztasun handiena jainkozko presentziaz jabetuz
bakarrik lor daiteke

* * *

Gizaki orok ustiatu gabeko potentziala du Beharrezko
indar guztiak ditu Adimena bera botere gorena da, eta
ohitura eta kontzeptu zaharkitu eta mugatzaileetatik askatu
.behar da

Planeta eta izarren eragina gizakien bizitzan planeten
eta giza gorputzen arteko erakarpen eta aldarapen indarren
.ondorioz gertatzen da

Pentsamendu gaiztoek jabea ingurune gaizto batera
eramaten dute, non nahi duten bezala adieraz dezaketen.
Baina pertsona batek bere pentsamenduak eta kontzientzia
alda ditzake borondatearen bidez, eta horrela bere
.ingurunea alda dezake

Pertsona bat denbora luzez ingurune kaltegarri batean
badago, ingurune horrek inkontzienteki eragiten hasten zaio.
Denborarekin, ingurune osasuntsu eta oso bat aukeratzeko
askatasuna erabat galtzen du eta ingurune kaltegarri horren
.eragin negatiboen menpe geratzen da

Borondate sendoa duen pertsonari dagokionez,
Jainkoarekin harmonian dago eta ez du planetek eta izarrek
irribarreak oparitzeko zain egoten. Aitzitik, bere bidaia
meteoro zulatzaile baten antzera jarraitzen du, Jainkoaren
izar gidari izan ezik eraginik gabe, eguzkien eguzkia eta
.legearen eta arimen Jauna dena

Bi aukeretako bat

Bazen behin, ibai bedeinkatu baten ertzean bizi zen
aszeta deboto bat. Bere bizitzako urte asko eman zituen
hausnarketa sakonean, baina zoritxarrez, bere ahaleginak ez
ziren emankorrak izan, eta ez zuen bakearen uzta oparoa
jasotzeaz gozatu, bizitzaren sekretuak eta zoriontasunaren
.iturriak bilatu eta ikertzeko ahaleginak egin arren

Gure laguna uneoro giro zerutiar batez inguratuta egon
arren, paisaia ederrez, arima onez, liburu baliotsuez eta
oroitzapen zirkulu bedekintuek, hala ere, bere gogoak
jendea lapurtzeko eta kalte egiteko modurik egokienak
.pentsatzen jarraitu zuen

Pentsamendu hori bere kontrolpetik kanpo zegoen eta
antzinako karraska karmikoetatik zetorrela zirudien. Zenbat
eta gehiago saiatu pentsamendu desatsegin horiek uxatzen,
orduan eta gehiago inbaditzen zioten burua, bakea asaldatuz
.eta lasaitasuna kenduz

Azkenean, bere buruari agindu zion, esanez: "Otoitz
egiten eta erregutzen jarraituko dut, eta ez naiz geldituko
meditazioan bakea ukitzen didaten pentsamendu kezkarri
."horietatik libre egon arte

Ordubete igaro zen, gero bi, eta pentsamendu gaiztoak
urakan baten antzera etorri zitzaizkion burura, bere
.gogoetaren egitura jo eta bortizki astinduz

Azkenean, hiru orduko ahalegin nekagarriaren ondoren,
pentsamendu kezkarriak bat-batean desagertu ziren bere
burutik, eta haien orde, ikuspen eder batean Jainkoaren
.santu bat ikusi zuen, haragi eta odolez zutik, bere aurrean
Santu distiratsuak ez zuen bizirik agertu bakarrik, baizik
:eta samurtasun handiz hitz egin zuen, esanez

Seme, aurreko enkarnazioan lapur profesionala izan"
zinen, besteak harrapatzeko eta ondasunak lapurtzeko beste
kezkarik gabe. Baina hil baino lehen zure kontzientzia esnatu
zen eta zeure burua zuzentzea erabaki zenuen, eta zeure
buruari agindu zenion zure jokabide lotsagarria aldatu eta
ontasunaren bidea jarraituko zenuela. Horregatik jaio zinen
bizitza honetara pertsona ona izateko erabaki espiritual
sendoarekin, baina hala ere, aurreko enkarnazioan zure
bizitzaren ardatz izan ziren pentsamendu txarrak ere ekarri
".zenituen

Zoritxarrez, seme maitea, garai bedekintu hauetan"
bizitzea, lagun onez, oroitzapen eta hausnarketa zirkuluek

inguratuta, baina hori guztia gorabehera, antsietate
psikologikoaren eta pentsamendu suntsitzaile eta nahasien
".infernua batean bizi zara
Isilune baten ondoren, zaindariak bere hitzaldia jarraitu
:zuen

Beraz, lege unibertsalaren arabera, eta enkarnazio"

honetan eskuragarri dituzun aukera espiritualak
aprobetxatzeko ahal duzun guztia egin ez duzunez, orain
zure meditazio ahaleginak bikoizten ez badituzu, heriotzaren
":unean bi gauza hauen artean aukeratu beharko duzu
Edo zeruan hamar ergelekin bizi ala infernua jakintsu"

"?bakarrarekin bizi, zer nahiago duzu
:Dizipuluak zalantzarik gabe erantzun zuen
Jainkoaren laguna, nahiago dut infernua bizi jakintsu"

batekin, badakidalako nire esperientziatik hamar ergelek
paradisua infernua bihurtzen dutela, baina bihotzean sinesten
dut eta ziur badakit jakintsu batekin banago, infernuaren
."hondoan ere infernua paradisu bihurtzen lagunduko didala

* * *

Jende asko tximeletak bezalakoak dira, hegan eta hara
mugitzen dira inolako helbururik lortu edo helbururik lortu
gabe. Gelditzen badira, une labur baterako baino ez da, eta
ondoren beste aisialdi batera erakartzen dira, ondo
pasatzeko eta denbora pasatzeko. Erleari dagokionez, gogor
lan egiten du eta garai zailetarako prestatzen da, tximeletak,
.berriz, bere egunerako bakarrik bizi den bitartean
Negua iristen denean, tximeleta hiltzen da, erleak,
berriz, udaberrian eta udan bildutako uztaz gozatzen du. Era
berean, barne bakea eta bizitzako erronkei aurre egiteko
.indarra lantzen ikasi behar dugu
kasu psikologikoak

Pertsona batek ezin du betiko poz-uhinen gainean
eramanda, atsekabearen ur nahasien azpian murgilduta edo
.asperduraren sakonean itota egon

Dualtasun gatazkatsuek ezaugarritzen duten mundu honetan, pertsona arruntak gorabehera handiak izaten ditu, poz-olatueta igotzen dira eta axolagabekeriaren sakonean hondoratzen dira, tristura-olatu bortitzek astintzen dute eta .gutxitan bizitzen du beste kontzientzia-egoera bat Zirkunstantziek norberaren pentsamenduak horrela mugitzea uzteak norberaren borondatea patu kapritxoso eta etengabe aldakor bati uztea esan nahi du. Pertsona batek bizitza arrakastatsu eta betegarria bizitzeko behar duena oreka mentala da, eta hori pentsamendu fokatuaren eta norberaren gaitasun emozionalak kontrolatzearen bidez .bakarrik lor daiteke

Atsekabe sakonenak ere denborarekin sendatzen dira, beraz, ez du zentzurik gure bizitzako egunero doluan murgiltzeak. Maite dugun norbaitengatik etengabe doluak ez .die laguntzen ez haiei ez guri, eta ez du ezer aldatzen Gutxiagotasun konplexua garatzea edo norbera zigortzea iraganeko akats edo porrotengatik ez da onuragarria; aitzitik, bizitza tamalgarri bihurtzen du eta .gaitasun mentalak paralizatzen ditu

Ez dugu errutina aspergarriaren zuloan erortzen utzi behar, egoera psikologiko hori ez baita batere eroso, adimena asaldatzen baitu eta gaitasun ezkutua apatiaren .labean erretzen baititu

* * *

Jainkoak bizitzan behar ditugun lezioak bidaltzen dizkigu, haietatik ikasi eta ulermena eta esperientzia lor ditzagun. Lezio hauek saihesten dituztenek, azkenean, ikastera behartuta egongo dira, zenbat denbora behar izan .arren

Proba oro lagun bat da bertatik ikasten badugu, eta despota tirano bat aukera alferrik galtzen badugu eta gaizki erabiltzen badugu marmarrez, haserrearekin eta epaiketa .txarrez

Bizitzarekiko ulermen sendoa eta jarrera egokia
.dugunean, ederra eta konplikaziorik gabekoa bihurtzen da

* * *

Inork ezin nau kontrolatu edo nire borondatea kendu,
besteen pentsamendu eta ekintzek nigan eragina izatea
.baimentzen ez badut behintzat
Jauna, konturatzen naiz aukera amaigabea dudala nire
gaitasunak arakatzeko eta nire potentzial espiritualak
ezagutzeko. Lotura materialak asmo handiagoei
ordezkatzeko ditut, eta jakingo dut Espiritu leiala beti nirekin
.dagoela

Gaur nire pentsamenduak baikortasun dosi batez
kargatuko ditut, esperientzia desatseginetatik bereiziko naiz
eta gorputza, adimena eta espiritua modu orekatu eta
.koherentean garatuko dituen praktikatuko dut
Bizitzaren eta heriotzaren dantza beti dago presente,
baina nire identitate espiritualak berreskuratuz askatuko dut
neure burua betiko, eta proben eta atsekabeen ekaitzei
aurre egiten diedanean, nire itsasontzi espiritualean itsasoan
zehar abiatuko naiz bizitzaren itsasoan zehar, kostalde
.seguru eta jainkotiarretara

Lan egiten eta sortzen dudanean, gogoratuko dut
Jainkoa nire bidez ari dela lanean. Unibertsoaren Jauna da,
.eta meditazio sakonaren bidez konekta naiteke Harekin
Ene Jainko maitea, badakit nire pentsamenduek porrota
edo arrakasta ekarriko didatela, nire bizitzan zein ideia den
indartsuena arabera. Horregatik, gogoratzen saiatuko naiz
Zuk ematen didazula laguntza eta nire arrakastarako bidea
zabaltzen duzula. Hondamendiak eta zorigaitzak gertatzen
zaizkidanean, nire indarra bilduko dut eta horiek gaingartzeko
.nire erabakia sendotuko dut

Zintzotasuna eta zintzotasuna erabiliko ditut guztiekiko
harremanetan eta elkarreraginean, eta maitasun
pentsamenduak eta desio onak zabalduko ditut. Orduan,
.Jainkoak bere indarrarekin eta jakinduriarekin lagunduko dit

Jauna, nire borondatea eta adimena erabiliko ditut
lehenik gauza txikiak lortzeko, eta gero lorpen
.handiagoetara pasako naiz
Anbizio material guztiak bete arren, zoriontasun
.osatugabea baino ez dute ekartzen
Jainkoa aurkituz, zoriontasun-iturri agortezinak aurkituko
ditut, arimaren lorategi eta belardi hostoiraunkorretan inoiz
.isurtzen eta isurtzen jarraitzen dutenak

* * *

Jainkoa da nire bizitzako gauzarik preziatuena; nire
kontzientziaren tronuan esertzen da eta jakinduriazko
.hitzekin inspiratzen nau
Hartu behar dudana bidera gidatzen nau
.Bizitza orekatua
Jainkozko eta naturako lege guztiak kontuan hartzen
dituena
Jarduera eta lasaitasuna uztartzen ditu
Zoriontasuna ekartzen du eta gizakiaren patua betetzen
du

Bitxiz betetako etxe bat ezin da iluntasunean ikusi, eta
beraz, jainkozko presentzia ezin da sentitu ezjakintasunaren
.gaua nagusi den bitartean
Jainkoaren kontzientzia ez bada hain erreala, non ezin
baditugu gure eguneroko betebeharrak berarik gabe bete,
orduan argi dago ez dugula inolako loturarik sentitu
.Jainkoaren eta bizitzaren artean
Anbizioa dugunean eta besteak zerbitzatzeko ideiarekin
koroatzen dugunean, besteak lagunduz laguntzen diogu
geure buruari
Ai, Jauna
Eguzki-argia ezinbestekoa den hedapenarekin
Itxaropen izpiak zabalduko ditut pobreen eta
lekualdatuen bihotzetan
Piztu erabakitasunaren eta autokonfiantzaren lanparak
Porrotak direla uste dutenen bihotzetan

Bizitza ikasteko eta betebeharrak betetzeko eskola bat
dela eta, aldi berean, amets labur bat dela konturatzen
garenean

Orduan jakingo dugu Jainkoa gurekin dagoela
Bizitza zerbitzuan oinarritu behar da, helburu noble hori
gabe, Jainkoak gizakiari eman zion adimenak ez baitu lortuko
.sortu zen helburua

Jainkoari men egiteak pertsona bati bere zeregin guztiak
Jainkoarekiko poz eta esker oneko sentimendu batekin
burutzeko aukera ematen dio, men egitearen bidez bakarrik
.sentitzen baitugu bakea

Nire ahultasun intelektual eta moral guztiak erreko ditut
erabakitasearen suan, ahultasun horiek kentzen ez baditut,
.ezingo baitut jainkozkougarria ikusi

Ai, Jauna

Gaur gauza zehatzak burutzea erabakiko dut, eta gero
planifikatu dudana egingo dut. Lehenik eta behin nire
asmoaren zuzentasuna ziurtatuko dut, eta gero zure indarra
sentituko dut eta, zure laguntza eta bedeinkapenarekin, egin
.nahi dudana lortuko dut

* * *

Ingeniaritzan autobaieztapen gehiago
Badakit ziur Jainkoaren boterea infinitua dela, eta bere
argiaren txinparta bat jarri duenez nire baitan, badut nire
bidean dauden oztopo eta eragozpen guztiak gainditzeko
.boterea ere

Adimena eta edertasuna adierazteko bitarteko bat naiz,
eta beraz, nire pentsamenduak eta motibazioak ongia
.egiteari eta gizateriari zerbitzatzeari eskainiko dizkiot

Gaur nire pentsamenduak eta hitzak kontrolatuko ditut

Ederra eta noblea dena bakarrik erakar dezan

Ontasuna nire jardueren lehen lerroan jarriko dut

Nire pentsamendu sortzailea erabiltzen dut arrakasta

lortzeko

Egiten dudana ahalegin on eta lan onuragarri guztietan

Jainkoak laguntzen didala konturatzea neure buruari
laguntzen badiot

Gaur bizitzaren lorategia landuko dut
Eta landatu bertan jakinduriaren, osasunaren eta
zoriontasunaren haziak

Jainkoari eskerrak emango dizkiot nire ahaleginak
arrakastaz koroatzen direnean

Eta bihotzak nahi duena lortzen dut
Gaur inguruko arazo-sortzaileei lagunduko diet nire
bibrazio onekin, eta tentsioaren eta desadostasunaren
iluntasuna uxatu egingo dut nire desio onen argiarekin, isil
eta etengabe nire onena egingo dut eta Jainkoak eman
dizkidan botereak erabiliko ditut niri eta besteei mesede
.egiten dien moduan

Behar dudana lortzeko Ongi Handienaren boterean fede
osoz abiatuko naiz, Jainkoak laguntza emango didala eta
.bere oparotasuna emango didala ziur
Ilunpearen indarrak nire barne bakea erasotzeko biltzen
diren bezain laster, argiaren, egiaren eta autokontrolaren
indarrak esnatuko ditut nire baitan ilunpearen indarrei aurre
.egiteko eta erabat uxatzeko

* * *

Lupa baten bidez eguzki-argia puntu txiki batera
fokatzen duzunean, beroa sortzen du, eta bero horrek
egurra, oihalak, papera eta beste material batzuk piztu
ditzake. Era berean, adimena zehatz-mehatz fokatzeko
duzunean, bere energia kontzentratuak porrot bakoitzaren
atzean dauden gaitzak eta zalantza-sustraiak erre ditzake,
eta jakinduriaren argia distiratsu eta distiratsu distira
.dezake

Adimena Jainkoarekin lerrokatzen denean, ontasun
guztien iturria eta bedeinkatutako botere guztiaren jatorria
denarekin, jainkozko presentziaz jabetzen da eta
arrakastaren elementu guztiak bereganatzen ditu. Elementu

hauek Jainkoaren botere izugarriarekin lotuta daude, edozein
.arlotan arrakastarako aukera berriak sortzeko gai dena
Janari magnetikoa
Jendeak janariaz edo nutrizioaz hitz egiten duenean,
normalean gorputza mantentzeko kontsumitzen den janari
fisikoaz ari dira. Hala ere, badira janari fisikoa baino
garrantzi gutxiago duten beste elikadura mota batzuk, eta
askotan are garrantzitsuagoak direnak. Horien artean,
.elikadura intelektuala edo espirituala dago
Buruko jarduera edo gogoaren kontzentrazioa,
jakinduria eta bereizketa espirituala
Elikadura fisikoak gorputzeko zelulak eusten ditu,
elikadura intelektualak, berriz, adimena ideia osasuntsuz
betetzen du, eta jakinduriaren elikadurak arima biziberritzen
du eta bere gaitasunak garatzen ditu. Elikadura intelektuala,
normalean, pertsona batek pentsatzen dituen ideiek eta
besteengandik kontaktu eta interakzioaren bidez jasotzen
.dituen ideiek osatzen dute
Tenperamentu lasaia eta jarrera noblea duten pertsonak
gure pentsamenduak magnetikoak eta osasuntsuak
.bihurtzen laguntzen dute
Ez da zaila zehaztea pertsona batek bere elikadura
intelektuala ingurune baketsu edo nahasgarri batetik
hartzen duen. Antsietatea, larritasuna eta nahasmena
pertsona desegokiekin elkartzetik sortzen dira, lagunekin
edo senideekin izan, eta horrek pentsamendu
antsietatetsuak eta umore nahasia eragiten ditu. Gorputzak
energia eta bizitasuna janari fisikoetatik lortzen ditu, eta
janari magnetikoek, berriz, gorputzari eta buruari energia
kargak ematen dizkiote, eta hauek janari solido eta likidoek
baino errazago digeritzen dira, eta hauek ezin dira erraz
.energia bizi bihurtu

* * *

Ezjakintasuna jakinduria bihurtzeko gai zarenean

Ahultasunetik eta ahultasunetik osasunera eta
bizitasunera
Bizitzaren bideetan konfiantzaz eta ausardiaz ibili -
-bakarrik egon arren
Eta kontzientzia bizi eta erne bat edukitzearen barne-
poza
Eta Jainkoaren justizian eta gezurraren gaineko egiaren
eta ilusioaren gaineko errealitatearen garaipenean fede
irmaoa
Eta egunero zure pentsamenduak maila altuago eta
finduagoetara askatzen saiatzen zarenean
Bihotz maitekor eta esker onekoa du
Eta besteekiko asmo onak
Zure elikadura intelektual magnetikoa da
Eta orduan, eder eta onuragarri den guztia erakarriko
dizu

Gauzetatik, pertsonetatik eta egoeretatik
Segurtasun eta babesaren kostalderako bidaia
.jarraitzeko premia larria du
Eta azkenik, baina ez gutxienez
Behar duzuna lortzeko ahalegina egiten duzunean
Jainkoak zuretzat errazten duenarekin pozik egon, eta
.espirituz aberatsagoa eta asebateagoa izango zara
Mundu honekin obsesionatuta daudenak eta haren
harrapakinen irrika dutenak

* * *

Pertsona batek Jainkoa bilatzen duenean, lagun guztien
gainetik lagun bakarra dena, benetako adiskidetasuna
ezartzea posible da giza harreman guztietan: familian,
.anaiartean, ezkontzan eta espiritualean
Adiskidetasuna ezinbesteko elementua da ezkontza-
harremanetan, eta bateragarritasun intelektual eta
emozionala, erakarpen moralaren sentimendua eta benetako
maitasuna eta adiskidetasuna lehenetsi behar dira.
Benetako maitasunaren eta erakarpen fisikoaren arteko

bereizketarik egiten ez dutenak behin eta berriz etsita
.geratzen dira

Ezkontza ideal altuetan eta elkarrekiko errespetuan
oinarritzen denean, bi arima maitekor eta lankidetzan
aritzen diren arteko batasun zoriontsu eta arrakastatsua
bihurtzen da, elkarren bizitzako zamak arintzen dituztenak
eta elkarrekiko enpatia eta ulermen atseginarekin
.bizitzearen kezkak uxatzen dituztenak

* * *

Buztin zati bat loreontzi baten forma eman eta gogortu
arte labean egiten baduzu, eta gero buztina erretilu batean
berriro moldatu nahi baduzu, ezin izango duzu egin. Hala
ere, loreontzia eho eta hautsa buztin freskoari gehitu
.diezaiokezu, eta gero hori erabili erretiluari forma emateko
Era berean, garunean ohitura txar bat errotuta badago
eta aldatu nahi badugu, lehenik borondatea erabili beharko
dugu ohitura hori ehotzeko eta nahi bezala birmoldatu
.daitezkeen ekintza leun eta onetan eraldatzeko
Borondate sendoak konbikzio irmoa esan nahi du
Pertsona batek bere buruari esaten dion unean: "Ez nago
ohitura horrekin lotuta", eta esaten duena benetan
pentsatzen duenean, ohitura hori hautsi eta desagertu
.egingo da, inoiz existitu ez balitz bezala

* * *

Ez diot inori nire iritzia inposatzen, ezta inori uzten bere
iritzia niri inposatzen edo sakonean egin behar ez dudala
.dakidan zerbait egitera behartzen
Arretaz pentsatzen dut zer egin nahi dudan, jakinduriak
gidatzen nau egiten dudan horretan, nire ekintzen
erantzukizuna hartzen dut eta ez diot inori leporatzen nire
egintzen ondorioengatik. Autokontrol hau nire
irakaslearengandik ikasi nuen, betidanik gurtu izan dut, eta
.ez dut inoiz utziko
Indar magnetiko gorena

Jesusek esan zuen: «Bilatu lehenik Jainkoaren erreinua,
.«eta gainerako guztia emango zaizue
Jainkoa da indar kosmiko guztien atzean dagoen indar
magnetiko gorena. Bera da maitasun ororen atzean dagoen
maitasuna. Bera da arte eta sorkuntza ororen atzean dagoen
.sortzaile kosmikoa eta artista jainkotiarra
Jainkoarengan zentratzen zarenean: existentzian
dagoen indar magnetiko gorena, magnetismo bedetkatuz
kargatzen zara eta behar duzun guztia erakarri dezakezu
.zeuregana
Jainkoaz hausnarketa sakonez pentsatzen baduzu,
bihotz osoz maite baduzu eta bake osoa sentitzen baduzu
haren presentzian beste ezer desiratu gabe, orduan
Jainkoaren magnetismo bedetkatuak amestu duzun guztia
.eta askoz gehiago ekarriko dizu
"Zeruko Jainkoari"

Arrakasta, bizitza eroso, sendaezinak diren
gaixotasunetatik sendatzea eta ohiturak kontrolatzea: horiek
guztiak lor daitezke. Metodo eta ahalegin fisiko guztiak
agortu badituzu eta eraginkorrak ez badira, ireki zure barne
atea, eta botere espiritualak isuriko da, ahultasun, porrot eta
.frustrazio guztiak uxatuz

Jainkoaren laguntza bilatzen baduzu meditazio sakon
eta isilaren eta kontzentrazioaren bidez, indar espiritualaren
agortezina den iturri bat aurkituko duzu. Jainkoa inpartziala
da eta bere laguntza zintzotasunez bilatzen duten guztiei
.erantzuten die

Jainkoa nire baitan aurkitu nuenean, nonahi aurkitu
nuen

Txikitatik izan dut Beraren irrika izugarria, eta behin,
mutiko gaztea nintzela, gutun bat idatzi nion. Bai, gutun bat
:idatzi nion Jainkoari eta honela jarri nion izenburua
Zeruko Jainkoari" eta postontzian sartu nuen"

Norbaiti idazten diogunean, erantzuna espero dugu.
Erantzunik jaso ez nuenean, negar malko ugari isuri nituen.

Baina azkenean erantzuna iritsi zitzaidan, ez paperean
inprimatutako hitzen bidez, baizik eta ikuspegi argitsu
.harrigarri batean

Saiakera serioa eta etengabea bada, edonork jaso
dezake Jainkoaren erantzuna

Zure galderak Jainkoari zuzentzen badituzu, sentimendu
sakonetan biltzen badituzu eta hausnarketaren postaz
bidaltzen badituzu, orduan zintzotasunez eta ziur erantzuna
.jasoko duzu

* * *

Nerbio-sistemaren azpian fisiologia espiritual bat dago,
gizakiei garapen kontzientearen etapa gorenetara iristeko
aukera ematen diena. Giza garuna, baleak eta elefanteak
izan ezik animalia gehienek garunak baino handiagoa dena,
konplexuagoa da eta pentsatzeko gaitasun handiagoa du.
Horrek giza garuna tresna egokia bihurtzen du gizakientzat,
beste izakiek baino kontzientzia aurrerratuagoa baitute.
Garunaren konboluzio korapilatsu eta konplexuek gizakiei
pentsamendu sakon eta sakonean aritzeko aukera ematen
diete. Beraz, gizakiak bakarrik dira gai bereizketa-maila
aurreratuak lortzeko eta, ondorioz, beren Sortzailea
ezagutzeko. Pertsona jakintsua da bere gaitasun mentalak
gizateriaren zerbitzura eta onurarako erabiltzen dituen,
.maila material, intelektual eta espiritualean

* * *

Abesti bat abestu dizut
Inoiz ez du inork esan lehenago
Eta zuri eskaintzen dizut nire benetako melodia
Nire bihotzak barru-barruan jotzen duena
Eta bere harietan
Lehenengo ereserki hau sortu dut
Eta hemen eskaintzen dizuet eskaintza garbi gisa
Ez dizuet doinu lehor eta intelektualik eskainiko
Edo beste batzuek konposatutako melodia apainduak
Eta ez dizut ezer emango, baina

eta maila berean erakarriko du. Beren benetako izaera aurpegiko adierazpenen eta ekintzen bidez agerian geratuko da. Besteek beren bibrazio edo uhin psikologikoak sentituko dituzte, eta horiei aurre egiteko erreakzioak bibrazio horien .—izaerarekin bat etorriko dira —negatiboak edo positiboak

Ezin dugu denaren jabe izan. Jainkoak eman digu daukaguna aldi baterako erabiltzeko lur honetan gauden bitartean, eta lehenago edo beranduago gure ondasunak utzi beharko ditugu, istripuengatik, lapurretengatik, .higaduragatik edo heriotzagatik Horrela, zerbaiti eutsi edo gordetzen saiatzen garenean, .edukitzeagatik bakarrik, geure burua engainatzen ari gara Hainbeste urtez bizi izan garen gorputz hauek ere egunen batean utziko ditugu. Beraz, akatsa da geure burua behartzea errealitatean batere eduki ezin ditugun gauzak .ditugula sinestera

Zerbait ematen digutenean, jakin behar dugu denbora jakin baterako bakarrik dela gurea, eta prest egon behar .dugu besteekin partekatzeko Pertsona batek behar duena baino gehiago desiratzen duenean, arazo garrantzitsuak ditu zain. Zalantzarik gabe, oinarrizko beharrak izan behar ditugu, hala nola janaria, aterpea, arropa eta nolabaiteko segurtasun ekonomikoa, baina gauza horien bila, beharrezkoak ez diren beharrak ezabatu behar ditugu, hau da, neurrigabeko desioak eta .beharrezkoa dena baino gehiago edukitzeko gogo bizia

* * *

Ezin dugu munduan banaka bizi, gure kideengan .oinarritu behar dugu bizitzaz gozatzeko eta bizitzeko Hau egia da bai espiritualki bai materialki. Ezin dugu bizi-maila duin bat mantendu ondasun eta zerbitzuen trukea .egin gabe

Gure esperientziak eta aurkikuntzak partekatuz gure aurrerapen intelektuala eta espirituala bizkortu dezakegu

Ekialdeko, Mendebaldeko, Iparraldeko eta Hegoaldeko
gure ideiak batzen ditugunean, gure talentuak landu eta
.gure gaitasunak garatu ditzakegu giza familia bakar gisa

* * *

Nire gaueko ametsen lorategian
:Lore asko loratzen dira
Lore irudimenezko arraroak
Planeta-argi epelak distiratzten duen tokian
Lurreko itxaropenen kimuak loratzen ari dira
Petalo distiratsuak zabaltzen
Ikerketatik eta gogobetetzetik
Amets horien distiran
Ahaztutako maite baten aurpegien mamuak ikusten
ditut

Eta sentimendu maiteak, lurperatuak
Denbora luzez lo egin dut
.Inkontzientearen lurra
Soineko distiratsuekin altxatzen dira denak
Ametsen aingeruen deiari erantzunez
Iraganeko proba guztien berpizkundera ikusi zuen
Jauna, askatasuna eman diguzu
Gure eguneroko arazoak ahazteko
Ametsen lurraldera gaueko bisitetan
Lagundu iezaguzu zurekin esnatzen
Eta betiko ihes egiten dugu gizakien atsekabe eta
atsekabeetatik

* * *

!Oi jainkozko babeslekua
Bizitzaren itsasoan igeri egiten ari naiz
Zailtasun ekaitz bortitzek astintzen naute
Plazer olatuetan flotatzen ari zaren ala ez
Edo, noizean behin, minaren sakonean itota
Dualtasunetik ihes egiteko irrikitan nago
Zure kostalde etereo eta gorenagara iritsiz
Eta nire erregu-oihu bakoitzarekin

Zuregana hurbiltzen naiz, nire babesleku bakarra
Ez dut saiatzeari utziko
Badakidalako nire etorreraren irrikitan zaudela
!Irrikitan itxaroten du nire itzulera
Paradisuko txoria naiz: zeruko txoria
Zure esku bedeinkatuek landu zutena
Zure xarmaz edertu nauzu
Eta kolore ederrak
Samurtasunaren luma eta loraldi espiritualaren urrezko
lumekin
Goi hegan egin nuen
Bizitzaren giro ilun eta goibelean
.Paradisuaaren bila
Nire luma distiratsuak zikindu ziren
Etsipenaren orban ilunekin
Zatoz, ene Jainkoa
Garbitu zure paradisuko txoria
.Jakinduriaren izpiekin
Eta bakearen ur garbi eta gozoak
Nire bakearen ardatza eta nire zoriontasunaren aingura
Gogor eta arduraz lan egiten dudan arren zure lege eta
arauak jarraituz zu ezagutzeko, konturatu behar dut, Jauna,
.lege eta arau guztien gainetik zaudela
Ama Unibertsala, ama guztien bihotzean bizi zara. Bete
ama guztiak zure jakinduriaz eta samurtasunez, zure
.maitasun mugagabea are gehiago erakuts dezaten
Ene Jainko maitea, badakit Zure presentzia santua
nonahi dagoela. Olio purua prentsatu gabeko olibetan
ezkutatzen den bezala, Zure presentzia sublimea
unibertsoan dago. Zoriontsuak dira Zure jainkozko
presentziaren olio bedeinkatua ateratzeko Zugar
pentsatzeko eta Zugar meditatzeke prentsa erabiltzen
.dutenak
Ekintza onen eta pentsamendu positibo sortzaileen
bidez, autoezagutzaren hazia zainduko dut eta

hausnarketaren eta irrika urez ureztatuko dut, jainkozko
.maitasunaren lorea nire bizitzako lorategian loratu arte
Munduak nire kontzientzia mugatzen saiatzen ari da
desio bizien soka sendoeekin, baina nik soka horiek
ulermenaren eta bereizketaren labanaz mozten saiatuko
naiz, nire kontzientzia askatu eta jainkozko dohainetarantz
.abiatu dadin

Pentsamenduaren, hitzaren eta ekintzaren indarra
Zugandik dator, nire Sortzailea. Lagundu iezadazu botere
hau pentsamendu onetarako, hitz atseginetarako eta ekintza
onuragarrietarako bakarrik erabiltzen. Meditazioaren bidez,
Zureganako maitasuna hazten da, nire izate osoa bete arte
eta nire bizitzako bidetik oztopo eta eragozpen guztiak
kendu arte. Eta lurreko mundu ameslari honen Sortzailea
zarenez, nire lehen betebeharra Zugandik da, ez mundu
.ilusiozko honengandik

Gatazkak eta nahasmenduak urundu eta zure
presentzia bedeinkatua hautematea eragozten saiatzen dira,
baina beti izango zara, Jauna, nire bakearen erdigunea eta
.nire zoriontasunaren aingura

* * *

Gizakiaren baitan ezagutza-meategiak eta jakinduria-
altxorrak daude, aurkitu eta agerian uzteko zain,
.hausnarketa sakon eta esplorazio serioaren bidez
Gizakiek beren energia latenteak inkontzienteki edo
subkontzienteki erabiltzen dituzte egiten duten guztian eta
emaitza batzuk lortzen dituzte, baina energia horiek nola
inbertitu eta kontzienteki kontrolatzen badakite, gauza
.bikain asko lortuko dituzte

Arima jakinduria naturalaz, bizitasun naturalaz,
ontasunaren maitasunaz eta borondate onez beteta
dagoenean, erleak loreak bilatzen dituen bezala, arrakastak,
oparotasunak, ezagutzak eta bizitzako beste bedeinkapen
.guztiek bilatuko zaituzte, Jainkoaren graziari esker

* * *

Lur honetan, Jainkoak bizitza zoriontsuaren arte
unibertsala lortu eta garatzeko lan egiten du, anaitasun
sentimenduak pertsonen bihotzetan txertatuz eta
besteenganako errespetua eta estimua elkarren arimetan
.landuz

Horregatik, Jainkoak -aintza izan bedi bera- ez zuen
nazio bakar bat ere berez perfektua izaten utzi. Aitzitik, herri
bakoitzaren gizabanakoak beren gaitasun eta talentu
bereziekin hornitu zituen, eta jenio paregabe batekin bereizi
zituen, munduko zibilizazioaren aurrerapenean ekarpen
.nabarmena egin zezaten

Lurreko bakea loratuko eta nazioen artean fruituak
emango ditu, bakoitzaren ezaugarri eta abantaila onenen
.truke eraikitzailearen bidez

Beste nazioen gabeziak alde batera utzi ditzakegun
arren, argi ikusi behar ditugu haien bertuteak eta imitatu.

Garrantzitsua da aipatzea ideal horiek historian zehar
profeta, apostolu eta santuetan gorpuztu direla, eta hauek
irakaspen sakratu gorenaren adibide biziak izan direla —eta
.—izaten jarraitzen dute

Norbere burua"ren definizioa"

Jainkoagandik datorren kontzientzia eta energiatik
datozen zentzumenek mundua erakusten digute eta arima
bere iturritik eta gainerako sorkuntzatik bereizitako entitate
.gisa irudikatzen dute

Kaiola fisikoak arima espetxeratu du, espiritu
unibertsalaren isla dena, eta ahanzturak gainditu du, beraz,
ez du gehiago bere jainkozko esentzia gogoratzen, baizik eta
bere kaiola fisikoa bere benetako nia dela uste du.
Horregatik, gorputzaren ezpurutasun eta muga guztiak bere
.gain hartzen eta bere buruari egozten dizkio

Kasu horretan, arima "ego" deitzen da, baina ego honek
edo ni txiki eta mugatu honek gorputzarekiko duen lotura
aldi baterakoa dela eta esentzia hilezkor eta betierekoa
duela konturatzen denean, orduan arima deitu dakioke. Eta

zenbat eta gehiago finkatu bere funtsezko izaeraren
kontzientzia, eta zenbat eta gehiago igo eta zabaldu bere
kontzientzia, orduan eta gehiago sentitzen du estu lotuta
dagoela kontzientzia kosmikoarekin eta gizateria osoa bere
.familia globala dela

* * *

Jar ditzagun galtzen ez diren opariak
Ez du usteltzearen eraginik

.Asmo onetatik
zerbitzu altruistak

Maitasun baldintzagabea
Gizateriaren zuhaitzaren azpian

.Adar luzeekin
eta adar asko

.Arrazak ordezkutzen dituztenak
Giza nazionalitateak

Beren desberdintasunak eta aniztasuna gorabehera
Jainkoak onar ditzala zure egintza onak

.Asmo onek bultzatuta
Bigarren esnatzea

Zurekin, beste mundu batean bigarren esnatze batean
nagoela sentitzen dut. Noizean behin, lur honetaz eta nire
gorputza bertan dagoelaz amesten dut, baina zoriontasun
etengabea nago esna, eta lurreko bizitza honen eguneko
ametsa arrosa petaloen antzera sakabanatutako
.oroitzapenen usainarekin lurrinduta dago

Bizitzaren panoraman zehar irristatzen ikusten dut
neure burua, ametsez apainduta eta esperientzia eszeniko
askotarikoen eszena ugariz apaindua, nire lurreko ametsen
.oroitzapen dardartiak zeruko betiko esnatzera eramanez
Amesgaiztoen arantzak errotik kendu ditut nire bizitzako
lorategitik eta inspirazioaren arrosak landatu ditut bertan,
non nire maite kosmikoak nire gonbidapena onartuko duen,
irrika muskatuz lurrindua, eta berarekin eramango nauen

zeruko etxera, poz berrituz eta bedeinkapen amaigabez
.gainezka

* * *

Jainkoaren maitasuna etereoa eta leuna da, eta
zalantzarik gabe erantzuten die berari irrika sakona eta
.zintzotasunezko irrika adierazten dioten guztiei
Jendeak oker uste du janariaz bizi direla, ez Jainkoaren
botereaz. Askok pentsamendu iheskorretan deitzen diote,
haizean luma bat bezala, oker sinetsiz ez dituela haien
otoitzak erantzuten. Hala ere, beragan sinesten dutenei
laguntzen die, konturatu gabe ere. Eta hala ere, askok ez
dakite berataz, haiengandik urrun dagoela pentsatuz.
Erabakiak inoiz ez duenean huts egiten, erabakitasunak inoiz
ez duenean ahultzen, eta bihotzeko erreguak isil-isilik eta
konfiantzaz jarraitzen duenean, eta jainkozko laguntza
zintzotasunez eta itxaropenez bilatzen denean,
ahultasunaren, antsietatearen, ohitura osasungaitzen edo
pentsamendu nahasien oztopoei aurre egin arren, orduan
.laguntza etorriko da, eta harekin batera, arintzea
Jainkoak modu sakon eta isilean erantzuten dio
bihotzaren sakonetik datorren erregu zintzo orori
Gizaki baten benetako balioa
Borondatea eta plangintza ona ezinbestekoak dira egin
nahi duzun horretarako. Erabakita bazaude eta zure bidean
gezi edo zuzi sutsu bat bezala jarraitzen baduzu, zure bidean
.dauden oztopo guztiak erre eta errauts bihurtuko dira
Aukeratu egin ezin duzula uste duzun zeregin bat, eta
saiatu ahal duzun guztia egiten hura burutzeko. Arrakasta
duzunean, pasa zaitez zerbait handiago eta garrantzitsuago
batera. Jarraitu zure borondatea modu honetan entrenatzen,
eta emaitzak zeuk ikusiko dituzu. Zailtasuna handiegia bada,
otoitz egin sutsuki eta fedez Jainkoari gainditzeko indarra
.eman diezazun
Borondatea erabili behar da porrota ezabatu nahi bada,
eta determinazioa urakan indartsu bat bezain indartsua izan

behar da – ongiaren urakan bat –, bidean oztoporik ez duena
.eta gaizkia bakarrik suntsitzen duena
Ez du axola nor den pertsona bat edo zein den bere
gizarte-maila. Beren benetako balioa duten borondate
onaren eta borondate hori nola erabiltzen duten ekintza
onak egiteko eta beharrean daudenei laguntzeko arabera
.da

Borondatea zure baitan dago, eta ondo erabiltzen
.baduzu, edozer gauza lortzeko gai izango zara
Borondateak eramaten du gizakia desioz desio,
azkenean ahalegin handiena egitera behartu arte, desio
handiena betetzeko arrakasta lortzeko: bere burua eta
.Jainkoa ezagutzea
Borondate-indarra pertsona batengan modu normal eta
mailakatuan hazten da, baina haren hazkundera
pentsamendu sendo eta ekintza zuzenen bidez bizkortu
.daiteke

Idea bati burdinazko borondatearekin eustea ideia hori
lehenago edo beranduago lortzea da, erabakitasun irmoari
eta ahultasunik edo etsipenik ezagutzen ez duen
.erabakitasunari esker

Giza borondatea ezjakintasunak gobernatzen eta
gidatzen du eta askotan akatsera eta zorigaitzera eramaten
du. Baina borondatea jakinduriak eta ekintza zuzenak
gidatzen dutenean, eta jainkoazko borondatearekin
harmonizatzen denean, orduan gizateriaren onurarako eta
.zoriontasunerako lan egiten du

Borondatea entrenatzea ezinbestekoa da jainkoazko
borondatearekin lerrokatzeko. Borondatea etengabe helburu
zehatz baten inguruan biratzen denean, borondate dinamiko
eta eraginkor bihurtzen da. Hau da profetek, pertsonaia
handiek eta mundu honetan lorpen izugarriak lortu
.dituztenek duten borondatea

Edozein ekintzari ekin aurretik, ondo pentsatu zer
egingo duzun. Ziurtatu zure borondatea erabiliko duzula

zuretzat eta besteentzat onuragarriak diren gauzak lortzeko.
Zure borondatea gaizki erabiltzen baduzu, emaitzak
.kaltegarriak izango dira zuretzat
Ez izan negatiboa; Jainkoak eman dizu hura erabiltzeko
eta bizitzako borroka irabazteko borondatea. Gogoratu
.Jainkoaren nahia zurearen atzean dagoela
Borondateak aldaketa fisiologikoak ekar ditzake
gorputzean. Ez duzu denborarik behar ohitura errotu bat
.hausteko, nahikoa borondate baduzu behintzat
Buda maisuak argitasun espirituala bilatu zuenean,
:baniano baten azpian eseri eta honelako zerbait esan zuen
Hemen nago baniano zuhaitzaren azpian eserita
Eta zin hau egiazki errepikatzen dut
Existentziaren sekretua ulertzen ez badut
Eta nire ikerketatik altxor preziatua lortuko dut
Ez dut nire kargua utziko, edozer gauza gertatzen dela
ere

Nire hezurak eta gorputza urtzen badira ere
!Betiko eserita geratuko naiz
Azkenean, Gautama Buda argituak bere jainkozko
eskaera lortu zuen
.Nahi zuena lortu zuen
Izan ere, testamentu hori testamentu bat da
Borondate unibertsalarekin bat eginda
Zure barnean energia kosmikoaren korrante bat dago,
zure gorputza mugagabe eusten duena. Hala ere, gorputzari
zerbait gertatzen zaionean, energia hori ahazten duzu. Zure
borondatea helburu okerretan erabiltzeak energia kosmiko
horrekin duzun konexioa galtzea esan nahi du. Borondate
hori entrenatzeak bizi-indar izugarri horrekin konektatzea
.esan nahi du
Borondatea bizirik eta aktibo mantendu behar da
.ekintza onetan eta bizitzako lorpen onuragarri eta nobleetan

* * *

Ohiturak tresna eta mekanismo psikologiko
automatikoak dira, beharrezko zereginak erraz eta
.ahaleginik gabe burutzen laguntzen dutenak
Askok ahultasunaren eta porrotaren ohiturek esklabo
bihurtzen dituzte, eta pertsona batek bere burua babestu
dezake beste modu batera bizi bada, baldin eta ohitura
kaltegarriei aurre egiteko serio hartzen badu segurtasunera
.eta garaipenaren kostaldera iritsi arte
Neurrigabeko desioek ohitura osasungaitzak sustatzen
dituzte, zoriontasun eta gogobetetasun laburrerako
itxaropen eta promesa faltsuekin elikatu eta justifikatuz.
Ahultasun eta nahasmen une horietan, ohitura neurrigabe
horiek gainditu nahi dituztenek beren irizpide zorrotza erabili
behar dute haien benetako izaera ulertzeko eta modu
.eraginkorrean nola kudeatu ikasteko
Ohitura txarrek ondorio latzak eta fruitu mingots eta
pozoitsuak dituzte. Kontrolatzen ez badira, ohitura
suntsitzaile hauek indartsuago bihurtuko dira, pertsona
beren atzapar indartsu eta eragin izugarrian eutsiz. Baina
adimenak ohitura hauen alferrikakotasuna eta kaltea
aitortzen duenean, haien eragina gutxitu egiten da eta
.azkenean pertsonaren bizitzatik desagertzen dira

* * *

Eskriturek baieztatzen dute Jainkoak arrazoiaren eta
adimenaren ulermena gainditzeko duela. Izan ere, beren
boterea izan arren, haien gaitasuna ez da nahikoa hura
ulertzeko edo barneratzeko. Beraz, giza adimena ez da gai
Jainkoaren benetako kontzeptu bat osatzeko, ezta hasierarik
.eta amaierarik ez duen hori ulertzeko ere
Milioi bat kilometroko distantziazik Eguzkia espaziotik
begiratzen duzunean, izar erraldoi hori gure Lurra baino
askoz txikiagoa dirudi. Hala ere, Lurraren diametroa 7.900
milia ingurukoa da, eta Eguzkiaren diametroa, berriz, ehun
aldiz handiagoa. Gure Lurra planeta Eguzkiaren aurrean
jarriko bagenu, txiki-txikia agertuko litzateke alderatuta. Eta

Eguzkiaren eremu zabala bere masa izugarriak zero urdin osoa irentsi arte hedatzen dela imajinatzen badugu, ikusten dugun zerua unibertsoa zeharkatzen duen espazio-hedadura infinituaren puntu txiki bat besterik ez da, puntu soil bat. Eguzkiak infinituki hedatzen jarraituko balu ere, ezingo luke .infinitua hartu

Txikitasunaren eta infinituaren ilusio kosmikoak unibertsoaren zabaltasuna mugatzen eta ulertzea eragozten dio adimenari. Nondik dator hutsune absolutu hau, eta non ?daude bere mugak

Dimentsio edo neurrien menpe ez dagoena, mugarik edo jatorririk ez duena, Jainkoa da, nonahi dagoena eta espazioaren mutur urrunenetan existitzen dena. Urruneko izar urrunetan dago, eta okupatzen duen espazio ororen .jakitun da, txikia edo handia izan arren Jainkoa ez da adimena, adimenaren sortzailea delako eta haren ahalmenak gainditzen dituelako; bestela, adimenaren bidez uler genezake. Hala ere, zehaztasunez eta zehatz deitu diezaiokegu jainkozko kontzientzia, jainkozko .zoriontasuna edo jainkozko presentzia; baina ez adimena Adimena ez da gai existentzia osoa ulertzeko, baina hala ere gai da Jainkoaren presentzia sentitzeko. Bere presentzia .sentitzea eta neurtzea bi esperientzia guztiz desberdin dira Uhin batek ezin du bere ingurua neurtu, baina bien artean kontaktu puntu bat dago. Era berean, puntu hau goi-mailako kontzientzia da. Kontzientzia honek Jainkoa senti dezake, hau da, haren presentzia bizi dezake. Arrazoi arruntaren eremua zabaltzen dugunean goi-mailako kontzientziarekin estuki konektatu arte, orduan jainkozko .presentzia senti dezakegu

Absolutu mugagabetik mugatu eta finitura jaitsi gara.

Yogak adimena kanpoko gauzetatik urruntzea da, egiaren barne-iturrian zentratzeko. Horrela bakarrik aurki dezakegu Jainkoak kontzientzia unibertsala bere sorkuntzaren eta

bertan bizi diren unibertsoen irudi finituetan trinkotzeko
.erabili zuen metodoa

Giza gorputza Jainkoaren sorkuntzarik korapilatsuena
eta konplexuena da. Espermatozoidearen eta obuluaren
fusiotik sortutako zelula primordial bakarra zatitzen da, eta
zatiketa prozesu honen biderketaren bidez, milaka milioi
zelula eraikitzen dira haren inguruan, gure kontzientzia
.espirituala gordetzen duen egitura fisikoa sortzeko
Ezin duzu jakin haragi gramo bakar batean gordetako
energia kopurua. Energia hori askatuko balitz, elektroi ugari
espazio infinitura hedatuko lirатеke. Gorputzean bizi den
kontzientzia-indarra eta -eremuak gizakiaren ulermen
gainditzen du. Gure itxurazko egitura haragiz, odolez eta
hezurrez osatuta dagoen arren, bere zelula trinkoen atzean
korrante elektronikoak eta bizi-korranteak daude. Eta
energia sotil eta korapilatsu horien atzean pentsamenduak
.eta pertzepzioak daude

Pentsamendua agortezina da eta ez du amaierarik
ezagutzen. Denboraren hasieratik, irudimenetik haratagoko
ideiak airean zehar ibili dira. Pentsamendu ugari ezin dira
zenbatu, baina zure burutik igaro diren eta zure bizitzan
zehar adierazi diren pentsamendu eta sentimenduen
kopurua kontuan hartuko bazenu, dauden milioika ideien
.ideia bat lortuko zenuke

Saiatu, ahal baduzu, urtebetean edo egun bakarrean
izan dituzun pentsamendu guztiak gogoratzen, eta gero
kontuan hartu gizateria osoak historian zehar pilatu dituen
pentsamendu kopuru handia, gaur egun arte. Jainkoak denak
.daki

Adimenak ezin ditu ulertu fenomeno natural sotilenak
ere. Kontuan hartu bonbilletan zehar doan elektrizitatean
biraka dabilzan elektroi kopuru izugarria! Bilioi bat elektroi
elkarrekin dantzan ari dira, ikusten dugun argia sortuz.
Partikula hauek, mikroskopia baterako ere ikusezinak,

unibertsoko puntu batetik bestera bidaiatzen dute segundo
.gutxitan. Esperimentu zientifikoek baieztatzen dute hau
Gure Lur planetan dauden protoi eta elektroien kopurua
zenbatzen saiatuko bazina, adimenak kalkulua denbora labur
batez jarraituko luke eta gero gelditu egingo litzateke.
Ikertzailearen adimenari agertzen zaizkion gauzak infinituak
.dirudite

Baina iristen da puntu bat non ideiak ulertzeko
sotilregiak bihurtzen diren. Maila horretatik, adimenarentzat
zeharkaezina, Jainkoak bere argi esentziala isurtzen du:
sorkuntza finitua eraiki eta eusten duen bibrazio kosmiko
.adimentsua

adiskidetasuna
Bihotzaren hariekin ehundutako jantzi bedeinkatua al da
?adiskidetasuna

Edo bi gogoen batuketa da gogo zabal eta zabal bakar
?batean

Ama eta alaba, maitasunaren bi iturri, iturri bakar
batetik sortuak

Maitasunaren fluxua hobetzeko eta arima ihartuen
?egarria asetzeko

Edo arrosa bakarti bat da, ulermen atseginaren basoan
?hazten diren bi adarren artean

?Edo pentsamendu bakarra bi gorputzetan

?Adiskidetasuna bi zaldirekin konpara al daiteke

Kolore desberdinak izan arren, bizitzaren ibilgailua
elkartzen dute

?Ikuspegi bateratu batekin helburu handi baterantz

Adiskidetasuna berdintasunean ala desberdintasunean

?oinarritzen da

Kontraste eta bereizketa sortzen duten harriekin eraikita

?al daude haren hormak

?Itsu-itsuan ados al dago ongiarekin eta gaizkiarekin

Eta arduragabekeriaren eta ergelkeriaren bideetan

sutsuki eta pozik ibiltzea

?Etsipenaren amildegira eta ilusioak uxatzeko bidean
!Adiskidetasuna landare noble, emankor eta sakratua da
Bi pertsonak betiko leialtasuna zin egiten dutenean
Bizitzaren bideak ibiltzen dituzte, iritzi desberdinak izan
arren
Ados ez daudenean eta ados daudenean, maitasunez
.eta errespetuz egiten dute
Elkarri laguntzen diote eta elkarri onena opa diote,
beren buruari opa dioten bezala
Bere lagunaren arrakastaz poztzen da, bereaz poztzen
.den bezainbeste
Maiteak maitearen kontura plazerra edo erosotasuna
bilatzen ez duenean
Orduan, altruismoaren lorategi horretan
Adiskidetasuna loratu eta loratzen da, eta maitasunaren
eta leialtasunaren usainaz betetzen da
Adiskidetasuna landare hibrido bat delako, bi arimetatik
jaioa
Bere usaina bi arrosa ezberdinetatik dator
Eta maitasun irmoaren haizeak eraman zituen
Zailtasunek astintzen ez dutenak eta akatsik gabekoak
Adiskidetasuna maitasun azaldu ezinezko bihotz batetik
jaiotzen da
Eta emozio puruen aberastasuna isurtzen da
Harmoniaren eta desadostasunaren lurzoruan hazten da
Baina lozorroan, izoztuta dago eta denbora gehiegizko
familiaritasunean eta elkarrekiko errespetu faltan igarotzen
du
Ito eta azken hatsa ematen du desio berekoien pila
trinkoen azpian
Baina bere bihotz samurra itxaropenek eta eskaerek
bakarrik gainditu dezakete
.Engainua eta engainua
Bai, izurrite hauek adiskidetasunaren landarean ari dira
.lanean eta bere bihotz arrosa karraskatzen

Oi adiskidetasuna, oi zeruko landare loratu eta
ihinztatua, zure ingurune ideala maitasunez aberatsa den
lurra da, helburu eta desiorik gabekoa, non lagunek elkar
eraiki eta laguntzen saiatzen diren eta elkarri bidea
.zabaltzen dioten bidean zehar

Ezerk ezin du zure egarria ase, adiskidetasuna
Sentimenduak alde batera uztea eta horiek dituztenak
errespetatzea

Ez dago zure hostoak hezetzeko gozotasun-ihinztadura
.garbi eta ur-jauzi batek bezala

Bihotz zintzo eta maitekorren zerutik

Ai, benetako adiskidetasuna

Zure arrosa petaloak sakabanatzen diren lekuan

Leku hori sakratua da

Tenplu bedeinkatu bihurtzen da

Jainkoarengan eta bizitzaren santutasunean sinesten

duen orok bisitatzen du

* * *

Irribarreak argituko ditut, nire miseriaren iluntasuna
desagertuko da, eta nire arima ikusiko dut nire irribarreen
argitan, pilatutako aroen iluntasun lodiaren atzean
.ezkutatuta

Neure burua aurkitzen dudanean, bihotz guztietan
.sartuko naiz, nire arimaren irribarrearen zuzia eramanez

Nire bihotzak irribarre egingo du lehenik, gero nire
begiek eta nire aurpegiak Nire izatearen atomo bakoitza
irribarreen argiarekin distira egingo du

Bihotz ilunen sakonera sartuko dut eta atsekabe guztiak
irentsiko dituen su indartsu bat piztuko dut

Irribarreen sugar erresistiezina naiz Jainkozko pozaren
haizearekin freskatuko naiz, eta gogoen iluntasunean sutan

jarriko naiz Eta nirekin topo egiten duten guztiek nire
gozamen sakratuaren eztanda jasoko dute

Nire irribarreen sendatzeko zuziak eramango ditut
lehenengo irribarre egingo dudana bihotz guztietara, zaila

bada ere, eta triste eta negarrez ari direnak irribarre egitera
.bultzatuko ditut

Bihotz guztien pozean, Zure zoriontasunaren oihartzuna
entzuten dut, Jainkoa. Fededun guztien adiskidetasunean,
Zure maitasuna aurkitzen dut. Pozten naiz eta nire bihotza
pozik dago nire anai-arreben arrakastaz eta oparotasunaz,
nire erosotasun eta ongizateaz pozten eta pozik nagoen
bezala. Besteengan jakinduria eta ulermena pizten ditudan
heinean, nire jakinduria eta ezagutzaren altxorak
biderkatzen ditut. Guztien zoriontasunean, nire zoriona
.aurkitzen dut

Ezerk ez ditu nire irribarreak ezabatuko. Porrotak,
gaixotasunak eta heriotzak ezin naute beldurtu edo nire
.espiritua zapuztu

Egia esan, hondamendiek eta hondamendiek ezin didate
kalterik egin, nire ariman Jainkoaren betiko poza eta berritua
.baitut, aldatzen ez dena eta garaitu ezin dena
Oi irribarre jainkotiar santu eta isila, koroatu nire
aurpegia eta irribarre egin nire ariman zehar
Poztasunaren milioiduna izaten saiatuko naiz, nire
benetako aberastasuna zure presentzia bedeinkatuaren
kutxetan baitago, Jauna, eta horrela, arrakasta espiritualaren
.eta ongizate materialaren beharra asetuko dut aldi berean

* * *

Bakea nire bihotzetik isurtzen da
Haize leun baten antzera dabil niregana
Bakeak lurrin usaintsu batek bezala inguratzen nau
Bakea niregandik igarotzen da argi olatuen antzera
Bakeak kezka eta antsietatearen bihotza sendatzen du,
.eta beldurraren eta insomnioaren arantzak erretzen ditu
Bakea zabaltzen da -suzko masa bat bezala- eta nire
existentzia osoa betetzen du
Bakea ozeano baten antzekoa da, espazioa eta
atmosfera betetzen dituen

Bakea odol gorrixka bezalakoa da; bizitza ematen die
nire pentsamenduen zainei
Bakeak, ilunabar zabalak bezala, nire infinituaren
gorputza inguratzen du
Bakearenugarra nire gorputzeko poroetatik eta
unibertso osotik dario
Bakearen usainak arrosa-lorategiak blaitzen ditu
Bakearen ardoa etengabe isurtzen ari da bihotz guztien
prentsetatik
Bakea harrien eta ilargien, santuen eta profeten bizitza
da

Bakea arimaren iturburu-ura da
Isiltasunaren potetik datorren likidoa
Nire atomoen poro amaigabeetatik iragazten dudana
* * *

Bihotz sutsuz otoitz egingo dut zure presentzia
distiratsuak hausnarketaren iluntasuna piztu arte, Jauna.
Gaur nire arimaren abestia airera igorriko dut sakon eta
bihotzeko arretaz, nire lasaitasunaren hargailuaren bidez
.erantzungo didazula espero dut
Oi zu, beti presente zaudena, beti berritzen ari zaren
!zoriona
Askatu nire gogoa apatiaren eta ahanzturaren zamatik
Utzi iezadazu zure presentziaren betiko nektar
bedeinkatua dastatzen
Nire barne eta kanpoko lasaitasuna zabaltzen den
heinean, zure bakea etortzen zait
Beti saiatuko naiz zure urrats etereoen oihartzuna
entzuten
Hausnarketa sakonenaren poz sakonena bezala hartuko
banindu
Badakit orduan gauza guztiak
Oparotasuna, osasuna eta jakinduria emango zaizkit
.Lagundu iezadazu zu aurkitzen
Nire arimaren uren sakonean, zure egarri

maitasuna
Maitasuna lili loratuen usaina da
Eta arrosa isilen korua
Naturaren edertasuna ospatzen
Maitasuna bizitzarentzat abesten duen arimaren abestia
da
Eta planeten dantza erritmiko orekatua
Bere etengabeko bidaian espazio sakonean
Loreen egarria da eguzki-argia zurrupatzeko
Eta loratzen eta bizitzaren elixirrak elikatzen du
Lurraren irrika da
Sustrai egarrituak bere esnearekin elikatzeke
Eta bizitza mota guztiak bizitzaren esentziarekin elikatuz
Eguzkiaren nahi handia da
Izaki bizidun guztiak bizirik eta aktibo mantentzeko
Bizitzaren motorra da
Adingabeei babesa eta zaintza emateko
Aita maitasuna pizten duen xalotasunaren irribarrea da
haurtxoaren gainean
Eta maitaleen bihotzetan dagoen menpekotasun
automatikoa
Doako zerbitzua eta doluminak eskaintzea
.Adiskidetasunaren taupadak dira
Bihotz hautsiak sendatzen eta zauriak sendatzen
dituena
Deskribapenari aurre egiten dion bihotzerako dei bat da
Gizateriarekiko maitasunez gainezka dagoen poeta da
Bere miseria pairatzen duena
Familia bereko kideen arteko intimitate zirkulua da
Espazio handiagoetarantz etengabe hedatzen eta
zabaltzen
Eta eremu zabalagoak
Bizitzaren xuxurla da
Adimen irekien horizonteetan
Eta bihotzen zerua sentimendu nobleen izarrez josita

Maitasuna arimaren zoriona da
Arima maitekorren nahia
Eta harengana iritsi eta harekin komunikatu nahi du
Artxiboetatik: Arrakasta eta pertsona arrakastatsuei

buruzko aipuak

Haur batek arrakasta jostailu eta panpina asko
edukitzea bezala hauteman dezake, eta agian auto txiki bat
ere bai, bertan ibiltzeko. Haur pobre batek arrakasta nahi
duena erosteko diru pixka bat edukitzea bezala ikus dezake,
eta haur aberats batek, berriz, jostailuekin pozik ez egotea
eta asebetetze falta. Haur hori, dituen gauza kopuru hutsak
.gainezka egiten dionean, zaila izan daiteke asebetetzea
Zahartzen garen heinean, gure haurtzaroko desioez
barre egiten dugu. Helduek gaur egun lortu nahi dituzten
gauza askok ere bihar edo etzi galtzen dute
.erakargarritasuna, desio berriek ordezkaturak
Gomendagarria da pertsona batek beharrezkoa denaren
eta ez denaren arteko bereizketa erabiltzea
Arrakasta ezinbestekoa da pertsona batek bizitzarako
beharrezkoak dituen gauzak izateko: janaria, aterpea,
osasuna eta arropa. Gauza horien zati txiki bat ere falta
.bazaio, egoera tamalgarrian dago
Gutxieneko erosotasun eta zoriontasun maila bat
lortzeko gai izan behar da. Izaera espiritualak edo materialista
izan, ez dago ados osasun fisikoa eta ongizatea mantentzeko
oinarrizko behar batzuk ase behar direla. Osasuntsu eta
sendo egon gabe (behintzat psikologikoki), ezin da arrakasta
.lortu

Baina zer da benetako arrakasta? Pertsona batek
bizitzan nahi duen guztia lortzen badu ere, hutsik sentituko
da oraindik, arima bat delako, eta gauza materialek ezin
diotelako zoriontasuna eman, eta hori, lehenik eta behin,
.egoera psikologikoa da
Geure burua zoriontsu egiteko ahalmena dugu, geure
burua zorigaiztoko bihurtzeko ahalmena dugun bezala.

Arrakastaren eta zoriontasunaren sekretua zure baitan dago.
Zoriontsuagoa izan zaitezke zure etxe apalean, errege bat
bere jauregi bikainean baino. Beren kabuz arrakasta eta
oparotasuna aurkitzen dutenak ez dira benetan
arrakastatsuak ezta zoriontsuak ere. Horrek ez du esan nahi
milioidunak zorigaiztokoak direnik; aitzitik, bizitzatik
zoriontasuna atera badezakezu, pobrea edo aberatsa izan,
.edozein neurritan arrakastatsua zarela esan nahi du
Atsekabea eta damua bakarrik uzten duen plazer
laburra ez da benetako zoriona. Benetako arrakastan,
lorpenaren oroitzapena bizirik dirau, lorpenaren hasierako
poza desagertu ondoren ere. Pertsona batek bere bizitzan
egin dituen eta egiten jarraitzen dituen gauza on guztiak
betiko bizi dira bere memorian, poz iraunkor gisa. Hori da
.pertsona batek bizitzan lortzen duen benetako arrakasta
Arrakasta ez da gauza sinplea; ezin da pertsona baten
abertasunaren edo ondasunen arabera neurtu.
Arrakastaren esanahia askoz sakonagoa da hori baino.
Benetako arrakasta pertsona batek edozein
zirkunstantzian zoriontsu izateko duen gaitasunaren
.arabera neur daiteke
Zure kontzientzia garbi eta lasai dagoenean, eta
inorenganako alborapenik edo inorekin bidegabekia ez
zarenean, eta zure borondatea sendoa eta malgua denean
aldi berean, eta sentimendu delikatuak eta bereizketa zuzena
dituzunean eta behar duzuna modu ohoragarri eta zilegietan
.lortzeko gai zarenean, orduan arrakastatsuen artean zaude
Haur bat gauza txiki batzuekin konformatzen da
askotan, baina hazten denean gauza asko izan nahi ditu,
hala nola txaletak eta autoak, nahiz eta badakien gauza
.horien jabeak ez daudela zertan pozik
Pozik egotea bizitza xume batean eta pentsamendu
gorenetan datza. Idealen eremuan —ideia nobleen eremuan
— burua mantentzen dutenek zoriontasun handiagoa dute
gauza materialetara soilik pentsamendua mugatzen dutenek

baino. Jabetza materialekin eta beste ezerekin kezkatuta
daudenek, luxuak metatzeaz obsesionatuta daudenek (luxua
.eta harrokeria egiteko), ez dira benetan finduak
Askoz ere onuragarriagoa da pertsona batentzat liburu
eta artikulu erabilgarriak irakurtzea jarduera ez-
produktiboetan denbora galtzea baino. Irakurtzea baino are
handiagoa da Jainkoaz hausnartzea, haren handitasuna
hausnartzea eta bizitzaren misterio mugagabe eta
.amaigabeak ulertzen ahalegintzea
Bizitzaren helburua pertsona batek bere burua
ezagutzea da, ingurune kosmikoa bere bihotzean taupadaka,
bere zainetan isurtzen eta bere izatea bakez, maitasunez,
poztasunez eta lasaitasunez betetzen sentitzea eta hori da
!garaipenik handiena
Edertasuna

Ikusmena dutenek edertasuna estimatzen dute leku
guztietan. Beste batzuek begirik ez balute bezala jokutzen
dute; ez dute ikusten ez hautematen, ez baitira gai ezer
.nabaritzeko, leku ederretan ere ez
Lurreko kolore ederrenak itsusiak eta trinkoak dirudite
.planeta edo mundu etereoaren kolore bikaineekin alderatuta
Maila fisikoan, gizakiek hainbat modu aurkitu dituzte
ikusmen-pertzepzioa hobetzeko. Begi hutsez kolore-inpresio
mugatuak jasotzen dira; hala ere, arroka marroi argi batzuek
kolore irideszenteak erakusten dituzte argi ultramorearen
azpian. Argi hori blokeatzen denean, arroka jatorrizko
.kolore ilunera itzultzen dira

Mundu fisikoko kolore asko, zeruaren urdina adibidez,
partikula mota desberdinetan argia islatzeak sortutako ilusio
optikoak dira. Begiak unibertso guztia osatzen duten
bibrazio sorta mugatu bat baino ezin duenez hauteman,
gizakiek ezin dituzte ikusi inguratzen dituen guztian
ezkutatuta dauden espektro sotil eta etereoak. Ikusiko
.bazenitu, haien distira eta edertasunaz harrituko zinateke

Horrela, ez begiak ez belarriak ezin dute hauteman
daitekeen guztia hauteman. Gizakiak ez dira gai usain etereo
eta lurrintsuak arnasteko edo eterren zabaltasunean zehar
hedatzen diren forma, irudi eta inpresio delikatu ugari
.ikusteko

Gizakiak askotan ez dira gai zentzumen-pertzepzioen
eremuan sartzen diren gauzak ere hautemateko
Mexikora joan eta Zuquemilco aintzirako "lorategi
flotagarriak" ikusi nituenean, haien edertasunak bihotza bete
zidan eta jainkozko artistaren handitasuna eta handitasuna
.sentitu nituen

Bazegoen beste pertsona bat edertasun natural horietan
murgilduta zirudiena, baina barne-sentimendu batek iradoki
zidan ez zuela nik ikusten nuena ikusten. Galdetu nion
ikuspegi zoragarri horiei buruzko bere inpresioari buruz, eta
erantzun zidan: "Ura hustutzeko modu eraginkor bat
."pentsatzen ari nintzen lur gehiago lantzeko

Bere ikuspuntutik ikusten ari zen lakua, eta beraz,
denok ikusten ditugu gauzak gure ideien eta aurreiritzien
.arabera

Arima oro sentsazio, pentsamendu eta sentimenduen
bibrazio edo oszilazio ezberdinetan bilduta dago, pertsona
baten nortasuna edo kontzientzia eratzen laguntzen duten
.faktore guztiak

Pertsona bakoitzak osaera desberdina du, bibrazio
desberdina. Haurtzarotik egindako guztia garunean gordeta
dago oraindik, joeren eta inklinazioen kapsula konprimitu
gisa. Eta kapsula ikusezin hauek ezin ditugunez ikusi,
harrituta geratzen gara jendearen ekintzek, bakoitzak bere
.kapritxoaren arabera

Batzuek erraz eramaten dute poza arrazoirik gabe, edo
haien aldartea gaiztotzen da azalpenik gabe, baita eurek
ere. Beste batzuk etengabe daude kritikarekin, zurrumurruak
zabaltzen eta besteak agerian uzten, beren barne-niak
.arreta eta garbiketa behar duten bitartean

Joera psikologiko hauek arima lurperatzen dute eta
pertsonari bere goi-niaren merituak erakustea eragozten
.diote

Zein konplexuak eta auto-mugatzaileak diren gizakiak!

Pertsona bakoitza kapitulu anitzeko istorio bat da, gertaera
.elkarri lotuta eta eszena anitzekin

* * *

Porrotaren pentsamenduak arrakasta eta baikortasun
pentsamendu positiboekin uxatu behar dira. Beldurrak
gutxitu behar dira, ez gehiegi handituz. Atsekabeak
zoriontasunaren argiarekin uxatu behar dira. Zakarkeria
adeitasunez eta kontuan hartuz gainditu behar da. Zentzurik
eza maitasunez eta kortesiaz ezabatu behar da. Gaixotasun
pentsamenduak osasunaren tronutik kendu behar dira
pentsamendu osasuntsu eta sentimendu zuzenen bidez.

Nahasmendua eta antsietatea fedearen eta gogoaren
ahalmenak aktibatuz desagerrarazi behar dira. Lasaitasun
erreinua ezarri behar da ariman, presentzia bedeinkatua
.ukitzeko eta jainkozko babesaren sentitzeko
.Eman espiritu eskuzabala

Jauna, konturatu nazazu zentzumenen plazerrak
azalekoak eta iraupen laburrekoak direla
Arimaren poza benetakoa eta etengabe berritzen ari
den bitartean

Jainkoa hemen dago. Ez da esaten dugun hitz bat soilik,
bizitzaren funtsa eta existentziaren sekretua baizik. Baliteke
bere irismen mugagabearen hedadura osoa ez jakitea, baina
.bere presentzia eta izatea senti dezakegu

Jainkoa gauza guztiak islatzen diren eta pentsamendu
argitu guztiak sortzen diren isiltasun kosmikoa da.

Horregatik, isiltasuna praktikatzen saiatuko naiz haren
.presentzia zoriontsua sentitzeko

Gaur lasaitasunaren santutegia jainkozko irrika loreekin
apainduko dut eta maitasunaren eta pozaren Jainkoari dei
.egingo diot

Jainkoari eskatzen diot nire begi espiritualen bidez ager
dadila, unibertsoko atal guztietan zehar bere argia zabalduta
.ikus dezadan

Badakit Jainkoak nire irrika guztien xuxurla entzuten
duela. Maitasun unibertsala da, eta jainkozko maitasunaren
bidez aurki dezaket, maitasunaren bidez bilatzailea
Jainkoarengana hurbiltzen baita eta zoriontasun sakratuaren
.iturburuetatik edaten baitu

Jauna, lagundu iezadazu nire gorputza zure energia
kosmikoarekin kargatzen, nire adimena fokuz eta
baikortasunez sendatzen, eta nire arima meditaziotik
.jaiotako pertzepzio espiritualekin sendatzen
Bizitzan eta heriotzan, atsekabe eta hondamendietan,
Zuregan dudan fedea, Jauna, sendo eta sendo mantentzen
.da, irmo eta ezegonkor

Nire irrika eta erregu bakoitzak ateak eta leihoak
irekitzen ditu nire ariman, eta horietatik Jainkoaren
.zoriontasunera igarotzen naiz

Eguzkiak errepide jendetsuenetan distiratzen duen
bezala, jainkozko maitasunaren izpiak hautemango ditut nik
ere

Nire eguneroko jarduera lanpetu guztietan, bedeinka
nazazu, Jauna, egunsentiarekin batera nire arima esnatu eta
.zure atari bedeinkatura eraman dezadan

Jauna, eman iezadazu espiritu eskuzabala daukadana
besteekin partekatzeko, eta lagundu iezadazu nire gogoaren
laku lasaian nire arimaren ilargiaren isla ikusten, Zure
.presentziaren argiaz distiratzen

Gaur Jainkoarenganako hausnarketa eta hausnarketaren
itsasoan murgilduko naiz, jakinduria eta jainkozko pozaren
.perlak aurkitu arte

Jauna, beste edozer baino gehiago maitatuko zaitut, zu
.gabe ezin baitut inongo gizaki edo beste ezer maitatu
Mendien sakonean eta zeru bareetan, eta nire arimaren
sakonean eta isiltasunaren kobazuloan, Jainkoaren

presentzia sumatzen dut eta haren etengabeko poza
sentitzen dut, eta haren iturri garbietatik edaten dut, inoiz
.amaitzen ezta betikotasun osoan lehortzen ez direnetatik

Gurtuko zaitut, Jauna
Oi zu, zeinen maitasuna berdina den
Bihotz maitekor eta atsegin guztien tronuan

* * *

Dirua ez da nahitaez gustu onaren adierazle Aberats
askok behar ez dituzten gauzak erosten dituzte, eta gero
etxeetan pilatzen dira, itxura itsusi eta alferrikakoetan Ez da
diru asko behar etxe bat erakargarri egiteko; gustua da
elementu nagusia Hala ere, etxea edertzearen ideiak jende
batzuk obsesionatzen ditu, gauza materialetan finkatzera eta
.autokonfiantza mugatzera eramanez

Faktura pilatzen eta premiaz beteriko edonork bizitza
sinpleago baten eta presio ekonomikoetatik libre egotearen
irrika izango du. Baina askatasun hori ez da etorriko
nagikeriari eta jarduerarik ezari amore emateagatik, edo
.dena justifikaziorik edo logikarik gabe uzteagatik
Behin batean, gizon batek galera handia izan eta esan

:zuen

Ai, ai ene! Nire fortuna galdu dut eta emazteak utzi"
".nau, beraz, dena uztea eta ermitau bihurtzea erabaki dut
Gizon honek, lagunok, ez zuen dena atzean utzi, baizik

!eta dena atzean utzi zuen

Ongizate psikologikoa eta asebetetze sentrazioa
zoriontasuna lortzeko bi elementu garrantzitsu dira. Desio
guztiak aztertu eta sailkatu ondoren, esan daiteke: "Ez dago
zailtasunik beharrezko behar materialak lortzeko, eta horiek
."edukitzeko ezintasuna justifikatu gabea da

* * *

Jainkozko presentzia izarretan, lur onean, bihotz-
taupadatan eta emozioen pultsuan dago. Helburu
bedeinkaturako bidean jarraitzen duenak eta Jainkoa eta
haren mirariak kontenplatzen dituenak, unibertsoaren

urrezko jantzian ikusiko du —betikotasun amaigabeen zehar
hedatzen den argizko jantzi batean— eta haren presentzia
bizia sentituko du pentsamendu noble eta sublime guztietan
.eta bihotz-taupada guztietan

Askok hitz egin dute Jainkoaz, askok bilatu dute eta
askok irakurri dute berari buruz, baina gutxik ukitu dute
haren presentzia. Bere zoriona dastatu dutenak dira hura
.ezagutzen dutenak

Ezjakintasunak bultzatutako negozioen haziak
""erretzen

Gizakiek beren patua beren borondatearen bidez
moldatzen dute, beren asmoen eta ekintzen bidez zehaztuz.

Sufrimendutik askatu zaitezke hala egitea aukeratzen
baduzu. Jainkoak, zeinaren funtsa maitasuna den, ez du nahi
bere maiteak ekintza okerren eta pentsamendu okerraren
ondorioz minaren hondamendiak jasatea. Gizateria
bereizteko ahalmenaz eta aukeratzeko askatasunaz hornitu
du. Hala ere, erabaki okerren eta aukera zentzugabeen
ondorioz, gizakiek sufrimendua eta mina ekartzen diete
.beren buruari eta besteei

Libre izan behar duzu eta ez utzi inori zure erabakiak
agintzen edo menderatzen. Ez utzi zure inguruneak, ohiturek
edo tradizio kaltegarriek zure bizimodua mugatzen eta
kontrolatzen. Jokatu jakinduriaz, entzun zure kontzientziari
eta kontuan hartu zure ekintzen ondorioak edozein ahalegin
hasi aurretik. Saihestu besteak kaltetzea zure portaera
desegokiaren bidez, eta bilatu Jainkoaren laguntza eta
.gidaritza

Pertsona bat haserrearen, jeloskortasunaren eta
inbidiaren menpe dagoen bitartean, ez da libre. Bere
emozioen eta ekintzen jaun bihurtu behar du, eta bere burua
askatu sena suntsitzaileetatik, grina neurrigabeetatik eta
.desio okerretatik

Zeure buruarekin guztiz zintzoa bazara, jakinduriak zure
pentsamendua lagunduko du, zuzentasunak zure erabakia
.gidatuko du eta ulermenak zure adimena argituko du
Ezjakintasunak bultzatutako iraganeko ekintzen haziak
hausnarketaren eta jakinduriaren suan "erre" behar dira,
berriro ernetzeko eta hazteko gai izan ez daitezzen. Horrela
.iruzurraren eraso gogorak uxatu eta zapuztu daitezke
Ilusio kosmikoak -edo Satanek- gizakia engainatzen du
promesa faltsuekin eta plazer sentzualen mirajearen atzetik
joateko tentazio erakargarriekin, eta haren gaitasunak
kontrolatzen ditu, errealitaterik ez duen munduko
zoriontasuna agintzen diolako, eta horrela gogor lan egiten
du arimaren lorategietan ugari dauden benetako
.zoriontasunaren fruituak dastatzea eragozteko
Jakintsuek badakite egiaren eta ilusioaren arteko aldea
eta trebeak dira bereizteko. Kontenplazioan sakondu ahala,
sakonki jabetzen dira borondate askearen garrantziaz eta
aukeratzeko askatasuna erabiltzearen beharraz, zuzena
dena egiteko eta ondorio kaltegarriak eta desatseginak
.dituzten ekintzak saihesteko
Eguneroko hausnarketak
Gaur nire baitako arimaren santutegia zikintzen duen
ezjakintasunaren irudia hautsiko dut, eta gogoratuko dut
Jainkoaren argi santuenak etengabe distiratzen duela nire
izatearen gainean eta ilusioaren iluntasuna uxatzen duela
nire gogotik eta arimatik, eta ni sortu ninduenak ez nauela
.inoiz uzten
Bizitzaren olatu bakoitzaren azpian jainkozko
presentziaren ozeano ugari dago, eta bihotzaren taupada
bakoitzaren atzean sentimendu kosmikoaren itsaso infinitua
.dago
Gauero ziurtatuko diot neure buruari ez naizela gorputza
Aitzitik, gorputzean bizi den espiritua
Eta nire izaki espirituala betiko hilezkorra dela
Esnatzean, berriro baieztatzea gogoratuko dut

Loaren egituran berreskuratuko eta indarra berrituko
dut, baina hori ez da nahikoa, isiltasun eta hausnarketa
santutegi bat behar dut, non egunero erretiratu naitekeen
nire kontzientziaren horizonteak arakatzeko eta nire
.arimaren sekretuak ezagutzeko

Badakit ziur nago Jainkoak ez nauela inoiz une batez ere
abandonatzen, eta nire egoera materialak edozein direla ere,
Jainkoarengan aberatsa izaten jarraitzen dut, bere graziaren
.ugaritasuna etengabe niregandik igarotzen baita
Maitasuna Jainkoaren dei isila da, izaki bizidun eta
.bizigabe guztiei, bere batasunaren etxera itzultzeko
Maitasuna aurrerapenaren eta berritzearen lorategietan
jaiotzen da, eta beraz, beti lan egingo dut neure burua
berritzen eta nire espiritua motibatzen lorpenaren bidean
.aurrera egiteko

Gaur bi muturrak saihestuko ditut: banitatea eta
negatibotasuna, eta gogoratuko dut Jainkoak nire bidez lan
egiten duela eta haren presentzia ukitzen badut gaitz
.guztietatik salbu egongo naizela

Badakit bizitzaren helburua zoriontasuna dela, ez
besteak baztertzen dituen zoriontasun berekoaia, baizik eta
besteak barne hartzen dituen eta zoriontsu eginez indartzen
.den zoriontasuna

Ilargiaren atzean ilbete handiena dago, eguzkiaren
atzean Jainkoaren indarra eta bizitasuna, eta giza gogoaren
atzean gogo unibertsala. Beraz, ez naiz ni txikira mugatuko:
."egoa

Jauna, bihotz-bihotzez bilatzen bazaitugu, ateak irekiko
dizkiguzu eta zuregana hurbiltzeko eta zu ezagutzeko behar
.dugun guztia bidaliko diguzu

Nire gogoa irekita eta hartzailea izango da, eta orduan
Jainkoa ikusiko dut noble eta sublime den guztian, eta
konturatuko naiz Haren presentzia bedeinkatuarekin
.harreman bizian nagoela

Begiak kontenplazioaren pozari irekitzen dizkiodanean,
iluntasuna desagertuko da eta fedearen argiak argien
.erreinura eramango nau, non Jainkoa zain dagoen
Gogoratuko dut ezjakintasuna dela gaixotasun fisiko,
mental eta espiritual guztien iturria. Horregatik,
ezjakintasunaren iluntasuna uxatu egingo dut Jainkoaren
.argia ikusiz

Gaur jakinduriaren lagunekin konektatuko naiz haien
liburuen eta irakaspenen bidez. Ikasketa serio eta
.kontenplatiboaren ateetatik sartuko naiz
Pentsamenduaren mundu zoragarri eta harrigarri
Jainkoari buruzko liburu eta material inspiratzaileak
irakurriko dizkiet, inspirazio eta ideia bikain guztien iturria
.baita

Jainkoak bakoitzari botere paregabea eman dio aparteko
zerbait sortzeko, inork ez duena. Sormen-ekimenaren
boterea da, eta, beraz, ahal dudan guztia egingo dut botere
.hori lantzeko

Ene Jainko maitea, badakit jainkotasunaren txinparta
dudala nire baitan, eta beraz, nekaezin burutuko ditut nire
jarduerak, eta nire bizitzako karabanak bere bidaia jarraituko
du, jakinda zure sormen-ahalmen infinituek laguntzen
didatela, nire anbizioa igotzen dutela eta nire erabakia
.indartzen dutela

Gaur ondo pentsatuko dut jardun aurretik. Ohitura
hainbat ekintzaren emaitza da, eta ekintzak psikean duten
eraginaren arabera epaitu daitezke, beraz, ahal dudan guztia
.egingo dut ohitura txarretatik askatzeko

Jauna, lagundu iezadazu nire borondatea indartzen eta
ez utzi ohiturek esklabo bihurtzen. Gida nazazu, barne eta
kanpoko diziplinaren bidez neure burua espiritualki garatu
.ahal izan dezadan

Ez dago segurtasunik Jainkorik gabe Ez dago
zoriontasunik Haririk gabe Ez dago maitasunik Haririk gabe

Ez dago bakerik Haririk gabe Ez dago bizitzarik Jainkorik
gabe

.Nire agurra zuri
Melodiak abestietatik hartu nituen
Eta sentimendu samurrak poemetatik eta bertsoetatik
atera ziren

Elixirra nektarretik ateratzen zen
Eta lore eta arrosen usaina bildu zuen
Buru guztietatik hartu nituen ideiak
Eta espiritua nire maitasunetik ekarri nuen
Eta zeruko gorputzen sinfonia jaso zen
Eta bizitza guztitik indarra hartu nuen
Zure errukia destilatu dut nire erregu guztietatik
Eta zure maitasuna piztu nuen nire bihotzean
Eta isiltasunaren funtsa harrapatu nuen
Eta irrika eta irrika hartu nituen nire debozioaren
lapikotik

Eta denak ekarri dizkizut
?Zergatik ez zara zure ezkutalekutik ateratzen
Eta niregandik egindako eskaintza xumeak onartu
?zenituen

Paramhansa Yogananda maisua
Mahats beltzaren istorioa
Paramhansa irakasleak kontatu bezala
Froga handiak batzuetan desio txikietatik datoz
Behin, Bostonen lagun batekin nengoela, mahats beltz
mordo handi bat ikusi eta erosi nahi izan nuen, baina 3 dolar
balio zuen [duela hirurogeita hamar urte baino gehiago], eta
"!norbaitek esaten entzun nuen: "Ez al da xahutzailea
Mahatsak ez erostea erabaki nuen, eta barne-
baieztapena jaso ondoren, neure buruari esan nion:
"Jainkoak badaki mahats horiek nahi ditudala eta berriro
."emango dizkit mahatsak
Sei hilabete inguru geroago, arratsalde batean fruta-
denda batera joan nintzen eta lehenago ikusi nituen mahats

antzeko batzuk erosi nituen, neure buruari egindako promesa ahaztuta, hau da, Jainkoak mahatsak eman arte itxarongo nuela. Berehala entzun nuen barneko ahots .
"jainkotiarra esaten: "Itzuli mahats horiek Buelta eman eta dendariari esan nion: "Mahatsaren ordeztu meloi bat eman". Gizona nahasita zirudien, baina .eskatu niona egin zuen, eta meloiarekin alde egin nuen Etxera iritsi nintzenean, harrituta geratu nintzen etiketarik gabeko bi mahats-mordo zituen kaxa bat aurkitu nuenean, eta horrek piztu zidan jakin-mina nork eman zizkidan jakiteko. Hilabetez, nor zen jakiten saiatu nintzen, eta egun batean Jainkoaren ahotsa berriro entzun nuen, esango zidatela ziurtatuz. Arratsalde batean, hitzaldi bat ematen ari nintzela, entzuleen artean zegoen ikasle batek arreka erakarri zidan, eta esan nion: "Jainkoak esaten dit zuk ."
eman didazula mahatsak

Ezeko erantzun zuen, baina geroago gertatutakoa aitortu zidan, meditatzen ari zela argi handi bat eta mahats beltz batzuk zeramatzala esku bat ikusi baitzituen, eta buruan zuen pentsamendurik indartsuena Yoganandarentzat .mahats horiek erostera joan behar zuela izan zen Esan zuen sorta bat eta gero beste bat erosi zuela, nahiz eta oraindik ere uste izan ikuspegia haluzinazio bat besterik ez zela izan behar zuen. Orduan otoitz egin zuen [egia jakiteko] eta argi geratu zitzaion ikuspegia egia zela eta Jainkoagandik zetorrela, mahats horiek erosi eta niri .emateko nahi zuena

Betetzea zaila den hutsune bat
Gizakiak bere baitako egiak agerian uzten dituzten botereak aktibatzeke garaia da, zoriontasuna errebelazio horrekin lotuta baitago. Horizonte pertsonal horietara iritsi nahi dutenek ahalegin zehatzak egin behar dituzte eta adimena ideia sortzaileekin elikatu, Jainkoak haien baitan jarri dituen egiak ukitzeko eta haien izatean ugariak diren .botere bedeinkatuetatik etekina ateratzeko

Jainkozko iturburutik datorren zoriontasun espiritualaren
nektarra dastatu gabe zentzumen fisikoak ase nahi dituenak,
asebetetze eta poz guztien iturria denak, inbertsio galtzailea
.egiten du eta bere uzta intelektualak eskasa izango da
Jainkoa ezagutu nahi dutenek Jainkoak beteko du beren
nahia, eskuzabala eta onbera baita. Hala ere, jende gehienak
munduko desioen atzetik dabil, irauten ez duen zoriontasun
materialarekin kontsolatuz, eta hori lortzeagatik edo
!lortzeagatik sufritzen dute

Finantza aldetik arrakasta dutenek ere hutsune bat
sentituko dute azkenean beren bizitzan, betetzeko zaila
dena, eta Jainkoarekin beren bizitzak lotzen dituztenak,
berriz, aberatsak, boteretsuak eta pozik eta oparotasunez
.gozatzen dute

Jakinduriaren aginduak alde batera uzteak eta
kontzientziaren ahotsa alde batera uzteak bide oker,
irristakor, arriskutsu eta tamalgarrietara eramaten gaitu,
zuzentasunaren bidea jarraitzeak, berriz, kateetatik askatzea
eta zuzena dena egiteko boterea eskuratzea dakar, ez sen
.okerrek eta ohitura engainagarriek agintzen dutena
Zoriontasuna bilatzen dutenek bizitzako arazoei aurre
egin eta horiei irtenbideak aurkitu dizkieten pertsona
.jakintsuen esperientziaz baliatu daitezke

Izan ere, jainkozko helburuekin bat egiten duenak
poztasun eta lasaitasun itsaso batean igeri egiten du, eta
.benetan zorte onekoa da

Jainkoaz pentsatzen duenak, Jainkoak harekin
pentsatzen du, bere bizitza bedeinkapenez betetzen eta
.zoriontasunaren nektarraren zaporea ematen dio
Otoitz egin diezaiogun Jainkoari gure arimetara etor
dadin

Gure bihotzetan irrika espiritualak pizten ditu
Izan ere, jainkozko batasuna beste plazer guztiak
gainditzen dituen plazerra da
Bedeinkatua bihotz kosmikoa ukitzeko gai dena

Dizipulua bere bizitza bateratzeko irrikaz gainezka
dagoenean
.Kontzientzia gorenarekin
Muga materialetatik ihes egitearen garrantzia sentitzen
du

Bibrazio garden eta sendagarriekin konektatzea
Eta bere nahia premiazkoagoa bihurtzen denean
Jainkoak pasabide bat irekitzen dio bere ariman
Zeruko usain bat arnasten du
Eta horren bidez, jainkozko argia ikusten du
Tentazio merkeak erakargarritasuna galtzen dute
Bere arima gozotasun fineko pertzepzioez elikatzen da
Eta bere zentzumenak gnosiaren fruitu gozoenen
iturrirantz zuzentzen dituen heinean
Eta presentzia loriatsuenaren pertzepzio bizia
Mundu honetan bizi da, hari lotuta egon gabe
Bere poza bitxi preziatuen altxor bat aurkitu duen
norbaitena baino handiagoa da
Beraz, nork du bere konexioaren berri izateko
?konpromisoa
Udaberri bizi hori
Bizitzaren helburuarekin guztiz bat dator
Bere ahalegin guztiek Jainkoaren bedeinkapen eta
laguntza ugari jasotzen dituzte
Sekretuen sekretua pentsatzeari eta bilatzeari uzten ez
diona

Ez du inoiz nahi duen helburua ahazten
Jainkoak saritu ditzala bere ahaleginak
Bere ahaleginengatik saritzen du
Eta garaipen argia emango zaio
Magnetismoa: bere garapena, oztopoak eta onurak
Pertsona batek nahi duen magnetismoa garatu dezake,
Jainkoaren botere gorena erakartzeko, botere mentalak
.eskuratzeko edo eguneroko bizitzako beharrak erakartzeko

Jainkoak gorputz bat eman dio gizateriari, eta zaindu
egin behar dugu. Magnetismo fisikoa ondasun
materialetarako eta indar mentalerako soilik lantzen eta
erabiltzen dutenak, azkenean, engainatuak izango dira. Hala
ere, magnetismo espirituala lantzen dutenek ikusiko dute
botere bedeinkatu hori beren beharrei erantzuten eta beren
.desio material guztiak betetzen

Badago eraginkortasunez funtzionatzen duen lege
unibertsal bat, eta nire bizitzan bizi izan dut eta
.funtzionatzen duela baieztatu dut

Ezinbestekoa da pertsona batek gorputz sendo eta
osasuntsu bat izatea, gogoaren aginduei erantzuten diena.
Imajinatu pertsona geldo eta motibaziorik gabe lanera doana
anbiziorik edo energiarik gabe, eta gero imajinatu zaldi bat
lasterketa-pistan lasterka egiteko prest, abiatzeko seinalea
jasotzen duen bezain laster. Horrela izan beharko luke
.gorputzak

Batzuetan, osasun onean dauden eta gaztetasunaren
energia duten adineko pertsona batzuk ikusten ditugu. Haien
gorputzak gazteak eta magnetismoz beteak dirudite, eta
.adina izan arren, nortasun erakargarriak dituzte

Makurtu eta makurtu egiteak energia xurgatzen du.
Behatu nola esertzen den jendea bere eserleketan; batzuk
makurtuta eta loguratuta daudela dirudite, hainbeste non,
ikusten dituzun unean, nekatuta sentitzen zaren. Beste
batzuk zutik esertzen dira, eta badakizu presentzia bizia
.dutela; begiratzen diezun unean, haiekin konektatzen zara
Jarrera txarraren ondorioz bizkarrezurra makurtu eta
okertzen uzten dutenek bizkarrezurra makurtzen eta
okertzen laguntzen dute. Eserleku mota honek egoera
psikologikoan ere eragina du eta pentsamendu negatiboa
sustatzen du. Zutik eta jarrera ona dutenak positiboagoak
.eta baikorragoak dira

Egoera bereziengatik zutik eseri ezin direnek,
baikortasunarekin, ikuspegi positiboarekin eta presentzia
.mental sendoarekin konpentsatu dezakete hori
Beti arreta jarri egiten ari zaren horretan, txikia edo
hutsala iruditu arren, aldi berean malgua mantenduz,
beharrezkoa izanez gero beste interes batera aldatu ahal
izateko. Baina, batez ere, egin dena kontzentrazio osoz,
.horrek zure karisma asko hobetuko baitu
Edozein arlotako negozio-gizon arrakastatsu gehienek
badakite nola erabili botere magnetikoa. Autokontrolak
eragin magnetikoa ematen du, baita emozio eta bulkadarik
gabeko gogo orekatua edukitzeak ere. Bulkada emozionalak
indar bihurtu behar dira —jarduera mental— eta jakinduriak
emozioak gobernatu behar ditu botere magnetiko hori ager
.dadin

Adimenak emozioekin konbinatuta magnetismoa sortzen
du Magnetismoa duen pertsona batek konfiantzaz hitz egiten
du Arrazionalki hitz egiten du, baina sentimenduz betetzen
ditu bere hitzak Esaten eta egiten dugun guztian zintzoak
izan behar dugu, baina zintzotasunak ez du esan nahi
besteak haserretzea edo lotsaraztea
Barazkiek eta fruituek propietate magnetikoak dituzte,
batez ere fruituek, eta horiek ez dute digestioa oztopatzen
edo oztopatzen. Aitzitik, proteina eta almidoi gehiegi
kontsumitzeak gorputzean toxinak metatzea eragiten du.
Edozein organo gaixok desoreka sortuko du gorputzean.
Urdaila, bereziki, osasuntsu eta behar bezala funtzionatzen
mantendu behar da; adibidez, urdaileko gasak ondoeza
eragiten du eta, beraz, negatiboki eragiten dio bere
.propietate magnetikoei
Janari kantitate handiak kontsumitzeak ondorio
kaltegarriak ditu, baraualdiak norberaren karisma hobetu
dezakeen bitartean, noizean behin otorduak saltatzeak
bezala. Hala ere, horrek ez du esan nahi norberaren osasuna
kaltetzeko punturaino gosez hiltzea. Egunean hiru aldiz

haragia jaten dutenek ikusmen ahula eta karisma gutxitua
dute. Hala ere, elikadura egokia ez da nahikoa bakarrik;
pentsamendu ona, jokabide noblea eta bizitzan jokabide
.zuzena ere ezinbestekoak dira

Etorkizunean magnetismoak besteengan duen eraginari
.eta bere sekretu gehiagori buruz hitz egitea espero dut
Eta nire maitasunaren lorategian loratzen ikusten zaitut
Nire pentsamenduen sakonean sentitzen zaitut
Zure presentzia sentitzen dut nire sentimendu
sakonenetan

Eta nire maitasunaren lorategian loratzen ikusten zaitut
Bete nazazu zure presentziaren usainaz
Zure usain bedeinkatuaz goza nadin
Zatoz niregana zerutik eta izarretatik haratago
Eta pentsamenduak eta sentimenduak
Erakutsiezadazu zure aurpegi santuena
Utzi zure presentzia nire ariman konturatzen
Eta nire ingurukoak
Nonahi

Aro eta garaietan zehar bilatu zaitut
Desioen eta anbizioen bideetan
Eta orain konturatzen naiz nire baitan bizi zarela
Eta nire sentimendu sakratuenak inspiratzen ditu
Ez ezkutatu gehiago niregandik
Emozioen loreen atzean

Pentsamenduak eta arimaren taupadak
Apaindu nire arima zure jakinduriaren bitxiekin
Eta emaniezadazu Zure zoriontasunaren haizeak
Kendu niregandik estali zaituen iluntasuna
Nire ikusmenari eta nire ikuspegiari buruz
Oi zu, izarren eta zeru urdinaren atzean zaudena
Eta atmosferaren geruzen eta izaki eta izaki guztien
gainetik
Onartu nire maitasun xuxurla

Murgildu nire izatea zure maitasunean, zure argian eta
zure bakean

Argi hori eta betikotasunaren altxorak
Mundu honi agur esango diodan eguna iritsiko da, baina
lur honetan nagoen bitartean, nire poz handiena Jainkoaren
mirariak nigan konfiantza dutenei hitz egitea da, eta nire
nahia jainkozko argi horren irrika biderkatzea da,
erosotasun, askatasun eta segurtasun deskribaezinak eman
.dizkidana

Unibertsoaren historia, bere xehetasun txiki guztietan,
betikotasunaren gangetan gordetzen da. Hori beste
dimentsio bat da. Hemen, mundu mugatu honetan, luzera,
zabalera, lodiera eta altuera hautematen ditugu, baina
badago beste maila bat non dimentsio horiek ez diren
existitzen. Dena gardena da plano etereo horretan: dena
kontzientzia eta ernetasuna da. Dastamen zentzua sentsazio
bat da, usaimena bezala. Gure sentimenduak,
pentsamenduak eta gorputzak kontzientzia dira. Eta
ametsetan ikusi, entzun, usaindu, dastatu eta ukitu
dezakegun bezala, sentsazio horiek guztiak kontzientzia edo
sentimendu garbi eta gardenarekin bizi ditzakegu goi
mailako erreinuetan. Hau da, hain zuzen ere, une honetan
hitz egiten dudana bitartean ikusten dudana. Ez nago gorputz
honetan; aitzitik, existitzen den guztiaren parte naiz. Eta
.ikusten ditudan gauzak niretzat zu bezain errealak dira
Jainkoa nonahi ikusteko eta ametsaren eta
errealitatearen arteko aldea ezagutzeko esnatu behar da.
Askotan infinitua ikusten dut nagoen lekuan, eta leku hori
infinitean ikusten dut. Dena hartzen du bizitza iturri
.betiereko horretatik

Haurra nintzela, egunez eta gauez otoitz egiten nuen,
baina ez zegoen erantzunik. Alde batetik, gizateria ikusten
nuen, eta bestetik, betikotasuna, eta horrek ez zidan hitz
egiten. Bakarrik nengoela eta denek abandonatu nindutela
uste nuen arren, Jainkoak ez ninduen abandonatu, beti

nirekin baitzegoen sekretuan, nire pentsamendu eta
sentimenduen atzean. Eta nire barneko argia ikusten hasi
nintzenean, nire arima misteriotsuki bete zen jainkozko
.usain bedeinkatuaz

Zuhaitzen sustraiak eta haien artetik isurtzen zen
izerdia ikus nitzakeen, eta Jainkoarengandik hurbil sentitu
nintzen, eta hark kontsolatu eta arindu ninduen nire bihotza.

Otoitz egin eta deitu nion behin eta berriz, egunez eta
gauzez, eta gauzek distira eta esanahia galdu zutenean
niretzat, munduari eta bertan dagoen guztiari uko egin nion,
zoriontasuna barne, materiala besterik ez ote zen beldurrez.

.Orduan aurkitu nuen Jainkoa, nirekin dagoena orain, beti
Munduak abandona nazake, baina Jainkoak ez nau inoiz

abandonatuko une bakar batez ere Jainkoa dena da Areto
hau eta inguruko unibertsoa irudi mugikorrek bezala
flotatzten dira nire kontzientziaren pantailan Begiratzten dut
eta ez dut ezer ikusten espiritu purua, argi gardena eta
kontzientzia leuna baino. Nire gorputzaren irudia, zuen
gorputzen irudiak eta munduko gauza guztiak argi jainkotiar
horren emanazioak dira Eta argi hori ikusten dudanean, ez
.dut beste ezer ikusten

Pantailari begiratzean, irudi mugikorrek ikusten dituzu,

baina atzera begiratzean (zinema tradizional batean),
pantailan distiratzten duen argi izpi bat besterik ez duzu
.ikusten. Sinestezina dirudi, baina egia da

Gauza hauetaz hitz egiten nuen lehen, baina orain ez
diet axolagabeei edo axolagabeei hitz egiten. Baina Jainkoak
oraingoan zuekin hitz egiteko baimena eman dit, jakin
dezazuen ez dagoela bizitzeko moduko ezer Jainkoa izan
.ezik

Dena iheskorra da. Otoitz egin irauten duen eta ez
.desagertzen den horren alde

Hemen maitasun lore sorta bat
Besteekiko dugun maitasuna lor daiteke
Zure eskuzabaltasunari esker

.Maitasun sentimenduaren indarraz
Inspiratu gaitzazu, orduan, zuri aurkezteko
!Gure maitasun izugarria eta irrika sutsua
Aitak eta amak eman dizkiguzu
Anai-arrebak
lehengusuak
bikotekide
Haurrak eta lagunak
Agian ikasiko dugu zu maitatzen
Adierazpen desberdinekin eta desberdintasun natural
sotilekin

Giza harreman mota guztietarako
,Oi, betiko maite duzuna
!Oi, Goi-goiko Auzokoa
Irakats iezadazu sorta bat nola txirikordatu
Giza maitasunaren lore guztietatik
Eta eskaintza gisa jartzen dut zure tenplu bedeinkatuan
Baina ezin badut
Pakete osoa zuri aurkezteaz gain
Leialtasunen aniztasuna eta gainjartzea direla eta
Lore bat hartuko dut
Lore finenetako eta freskoenetako bat
Eta zure atarian jartzen dut
!Espero dut niregandik onartuko duzula
Bizitzaren ziztadak eta bat-bateko kolpeak
Lege unibertsalaren Jauna
Lagundu iezadazu nire zauriak eta orbainak eramaten
Hondamendi eta zailtasunetatik jaioa
Diziplinako dominak eta apaingarriak
Zure jainkozko justiziaren eskutik emana
Faboritismoa ezagutzen ez duenak
Utzi nire eguneroko borrokak ilusio eta engainuaren
aurkako antidoto gisa jokatzeko
Eta munduko zoriontasun faltsu baten itxaropen
faltsuetatik libratzeko

Besteen zakarkeriagatik isuri ditudan malkoak besterik
...ez balira

Garbitu nire gogotik ezkutuko orbanak eta akatsak
Eta utzi etenaldiaren pikotxaren kolpe zorrotz bakoitza
irekitzen

Jakinduria eta ulermen sakon berriak nire baitan
Izaera material trinko honen iluntasunak beldurtzea
nahiko nuke

Zure garbitasunaren eta zure sendatzeko argiaren
horizonteen bila bizkortu nadin
Bizitzaren ziztadek eta bat-bateko kolpeek behartzen
naute

Zure laguntza eskatuz, oihu egin ahal izateko
Eta nire bizitzako lurzoruan grabatutako egoera
mingarriak agerian uzteko

Zure kontsolamenduaren iturri ugari eta etengabe
jarioei buruz

Zakarkeriaren itsuskeria besteengan balego bakarrik
Samurtasunez eta adeitasunez apaintzera behartzen
nau

Eta nire lagunak hitz mingarriek gogorarazi diezaidatela
hitz gozoak bakarrik erabiltzeko

Buru gaiztoek harriak botatzen dizkidaten arren
Beraz, erantzun iezadazu asmo oneko misil atseginekin
Jasmin zuhaitz batek bere lore usaintsuak barreiatzen
dituen bezala

Aizkora enborrean erortzen duen eskuan
Beraz, utzi tolerantziaren arrosa petaloak barreiatzen

Hotz eta etsaitasunez tratatzen nauten guztiei

Nola bizi bakean eta lasaitasunean mundu honetan

Mundu honetako bizitza hau ez da dirudiena. Ez jarri
zure konfiantza bertan, aldakorra, engainagarria eta etsipen
eta itxaropen hautsiez betea baita. Perfekzioa ezin da
hemen aurkitu. Ez dizuet bizitzaren irudi irreala eman nahi.
Mundu hau ez da paradisua. Jainkozko laborategi bat da, non

Jainkoak arimak probatzen dituen ontasunarekin desio
gaiztoak gaindituko dituzten eta bera —hau da, Jainkoa—
beren desio handiena bihurtuko duten ikusteko, bere
.erreinura itzul daitezten

Bizitza tragedia eta komedia, hondamendi eta fartsa
mota guztiez gainezka dago. Ikuskizun zabala, etengabe
aldatzen ari dena eta alderdi anitzekoa da, forma
amaigabeekin. Ez dago bi gauza berdin-berdin. Pertsona
bakoitzaren bizitza bakarra da. Bakoitzak ezaugarri
desberdinak, pentsamolde desberdina eta desio desberdinak
.ditu

Egunero proba berdinei aurre egin beharko bagenie,
bizitzaz aspertu eta nazkatuko ginateke. Paradisua ere, beti
berdina balitz, ez genuke nahi izango. Barietatea eta
aniztasuna maite ditugu. Paradisua monotonoa balitz,
Jainkoaren santuek eta gizon santuek Lurrera itzultzeko
otoitz egingo lukete entretenitzeko! Paradisua etengabe
berritzen da modu atseginenean, Lurra, berriz, askotan
etengabe berritzen den bitartean, baina modu aspergarri eta
.desatseginean

Hala ere, bizitza nekagarria eta gogorra izan arren,
jende gehienak ohitzen da, bizitzeko beste modurik ez
dagoela sinetsita. Bizitza hau bizitza espiritualarekin
alderatu ezinik, ez dira konturatzen mundu honen tolesturen
.artean ezkutatuta dagoen mina eta nekearen neurria
Errealitatean, bizitza ez da erreala. Film zaharrak behin
eta berriz berrargitaratzen diren bezala, gertaera zahar
.berdinak ere modu ezberdinetan errepikatzen dira
Bizitza mugagabe jarraitzen duen arren, iraganeko
filmetan aurkeztutako gai berdinak bata bestearen atzetik
berrikusten dira. Izan ere, historia errepikatzen da, eta
pertsonak denboraren museoetan dauden objektu hutsak
.dira

Bizitzako ezustekoak guztiz onartzeko, onartu itzazu
objektiboki eta inpartzialki. Oreka mantendu behar da poz

eta atsekabeen, irabazi eta galeren, garaipen eta porroten
artean, bizitzako erronkei ausardiaz eta autokonfiantzaz
.aurre egiteko

Barne bakea mantentzea, gertaera guztiak gorabehera,
da desira engainagarriak gainditzeko modurik onena. Hori
ikasi nuen denboraren gorabeheren eraginik gabe,
amaierara arte tinko eta aldaezin mantendu ziren pertsonaia
handiengandik. Profetek ere, jazarri zituztenean, ez zuten
beren kontzientzia sakratua galdu, ezta inori Jainkoaren
.maitasuna lapurtzen utzi ere

Poztasun espirituala bera babes bedeinkatua da eta
gotorleku guztien artean handiena. Proben eta atsekabeen
.erdian, gogoratu Jainkoak eman dizkizun bedeinkapenak

Zure arima Jainkoaren tenplu sakratua da.

Ezjakintasunaren iluntasunak ezin du leku garbi hori zikindu.

Zein zoragarria den arimaren kontzientzian, ohoratuta,
duintasunez, seguru eta bakean egotea! Ez izan beldurrik
.ezeri eta ez gorrotatu inori

Eman zure maitasuna guztiei Sentitu Jainkoaren
maitasuna eta ikusi haren presentzia pertsona guztiengan,
eta utzi zure desiorik sendoena haren etengabeko presentzia
izan dadin zure bihotzean Hau da mundu honetan bakean
eta lasaitasunean bizitzeko bidea Baina zaila da barne-
poztasun hau dastatzea Desiraren haize bortitzak bihotzeko
oasian amorratzen diren bitartean eta bertako zuhaitzak
bortizki astintzen dituzten bitartean

Pertsona baten inguruneak moldatzen ditu desioak Gure
pertzepzio sentensorialetatik jaiotzen dira eta pertzepzio horien
mugek mugatzen dituzte Landa-azoka batera joateak zirrara
pixka bat izateko nahia betetzen du, baina mundu mailako
erakusketa bat bisitatu eta erakusleiho desberdin guztiak
ikusi ondoren, azoka txikiak bere xarma eta
erakargarritasuna galtzen ditu Beraz, lehenik Jainkoarekin
batasunaren poza bizi behar dugu, poza hori lurreko plazer
txikiagoekin alderatu ahal izateko Orduan, desioak izaera

handiagokoak izango dira Desioa amaigabea da; bat
betetzen denean, beste batek hartzen du bere lekua Baina
Jainkoa aurkitzen duzunean, zure desio guztiak betetzen dira
Beraz, zergatik ez bilatu lehenik desio handiena horren
betetzea eta Jainkoaren eskuzabaltasunetik saririk onena eta
?iraunkorrena jaso

Jainkoak bilatzailearen otoitzari erantzuten dionean,
.bere beste desio guztiak berehala eta betiko beteko dira
Jakinduriaren urrea eta indarraren altzairua
Mundu hau ez dago perfektutik urrun. Proben eta
atsekabeen eskola bat da, eta proba horien bidez bizitzako
lezioak ikasten ditugu. Proben helburua ez da gu zapaltzea,
baizik eta gure indarrak garatzea. Eboluzioaren eta
aurrerapenaren lege naturalaren ondorio dira; ezinbestekoa
.da aurrera egitea eta maila baxuenetik gorenera igotzea
Jainkoak modu guztietan probatzen gaitu gure erabakia
sendotzeko, ez gu hausteko. Ezjakintasunak suntsitzen gaitu
gure konfiantza guztia haragian jartzen badugu. Egiaren
.bilaketan irauten dutenek betiko bizitza aurkitzen dute
Zein da sufrimenduaren helburua? Berriro inoiz sufritu
ez dezagun Mundu hau labe sutan dagoen labe bat da, non
gure arimak urtzen diren jakinduriaren urrea eta indarraren
.eta irmotasunaren altzairua agertu arte
Bizitza askotan joko zakar bat bezala dirudi eta horren
justifikazio bakarra iraunkortasunik gabeko amets kosmiko
.bat besterik ez dela da
Horregatik dago mundua desberdintasunez eta
desberdintasunez beteta. Batzuk pobreak dira eta beste
.batzuk aberatsak
Batzuk osasuntsu daude, beste batzuk gaixo, eta abar
Gizakiak asko bizi izan du iraganean eta askoz gehiago
biziko du etorkizunean, baina gertakari honek ez luke
beldurtu behar
Bizitza joko kosmiko bat da, eta Jainkoak ondo bete
behar ditugun rolak esleitu dizkigu, ziur gauden bitartean

pozik jokatzeko dugun eta argi pentsatzeko dugun bitartean, gure Sortzailearekin harmonian gaudela eta ez dugula ezer beldurtzeko. Hau da jakinduriak eskaintzen digun erosotasun .handia

Batzuetan erraza da esatea unibertso hau amets bat dela, baina errealitate gogorrei aurre egitean, zaila egiten da bizitza hau amets bat dela pentsatzea. Ezinbestekoa da gure pentsamenduaren indarra lantzea, unibertso hau Jainkoaren .gogotik eta borondatetik sortu zela aitortzeko

Gogoaren eta materiaren arteko harremana oso garden da, eta bizitzako zailtasunak arrakastaz gainditzeko, fisikoki zein intelektualki gaztetu behar dugu geure burua. Erresilientzia mentala landu eta onartzeko gaitasuna zabaldu behar dugu. Bizitzako erronkei aurre egin ezin dietenak babesgabe egongo dira zailtasunen ekaitzak eta .hondamendien ekaitzak amorratzen direnean

Zoriontasunaren, indarraren eta osasunaren gakoa gure baitan dago. Baina askotan gertatzen dena hau da: urte askotan osasun ona izan duen eta gero sei hilabetez gaixotzen den norbaitek uste izan dezake ez dela inoiz sendatuko. Gorputzak ezin du adimena horretaz konbentzitu. Adimenak gorputza konbentzitu behar du. Adimena ez da gorputzaren egoerak eragin behar, eta ulertu behar dugu gorputza arimaren bizilekua dela, eta arima ez dela horren .eraginpean egon behar

Jainkoak eman digu gure pentsamenduak eta gorputzak kontrolatzeko eta mina eta atsekabea askatzeko boterea.

Adimena da arazo guztien iturria eta zoriontasunaren iturburua. Egia esan, gizateria bere esperientzia guztiak baino indartsuagoa da, eta orain konturatzen ez bagara ere, .geroago konturatuko gara

Ez esan inoiz "bukatu dut eta kito", pentsamendu negatiboa baita, adimena pozoitzen duena. Batzuek uste dute pixka bat ibiltzen badira nekatuko direla, edo elikagai .batzuk jan ezin badituzte mina izango dutela, eta abar

Ez dugu utzi behar gure gogoak gaixotasunean edo
mugetan pentsatzen, eta orduan ikusiko dugu gure
gorputzak hobera aldatzen direla. Gogoratu gogoak dela
gorputzaren atzean dagoen indar eragilea. Gogoak ahula
bada, gorputza ahula izango da. Ez dugu etsi edo atsekabetu
.behar, mundua ona baita, eta Jainkoa beti dago gurekin
Nire istorioa gozokiekin eta borondatearen ariketarekin
Haur txikia nintzela gertatu zitzaidan esperientzia bat
kontatuko dizuet

Hasteko, haurraren borondateari fisiologikoa edo fisikoa
deitzen zaio; haur batek negar egiten duenean, zerbait nahi
duela adierazten du. Egoera fisiko baten ondorioz negar
.egiten dute, beraz, borondatearen lehen forma fisikoa da
Gero, haurra hazten denean eta amaren nahiari men
egiten dionean, esaten da haurrak "borondate automatikoa"
duela, etapa honetan haurraren nahia amaren nahiak
.gidatzen duelako

Gogoratzen dut borondate automatikoaren fasean
nengoenean, amak eskatzen zidan guztia egiten nuela, eta
garai hartan nire ezizena "aingerua" zela. Baina egun
batean, haurtzainak kotxean eraman ninduen dendara, eta
han laranja koloreko gozoki zatiak ikusi nituen, eta nire
.arreta piztu eta modu arraro batean erakarri ninduten
Haurtzainari eskatu nion erosteko, baina uko egin zion,

.beraz, ez nuen hitzik esan eta etxera itzuli ginen
Afaria jan nuen, eta gero berriro postreaz pentsatu
nuen, beraz, amari laranja koloreko gozokiak nahi nituela
."esan nion, eta hark esan zidan: "Ez joan ohera
Pixka bat igaro ondoren, eskaera errepikatu nuen,
esanez: "Ama, laranja gozoki zatiak nahi ditut". Amak tonu
sendo eta erabakigarrian erantzun zuen: "Ez dituzu izango,
."eta lotara joan behar duzu

Orduan, ahots ozenez oihu egin nuen: «Laranja gozokiak
nahi ditut!», eta nire eskaerari eutsi nion, ama joan eta
.dendaria esnatu zuen arte, gozoki zatiak ekartzeko

Eta izugarri pozik sentitu nintzen Zergatik? Nire borondatea erabili eta lortu nuelako! Bai, harrigarriro sentitu nintzen nire borondatea lehen aldiz erabili nuelako Baina hurrengo egunean, nire ezizena "aingeru"-tik "bihurria"-ra aldatu zen, nire askatasuna erabili eta behingoz nire bidea .aukeratu nuelako

Kalterik gabeko zerbait nahi nuenean, nire familiak amore ematen zuen, baina beti entzuten nuen arrazoia, eta oker nengoenean, beti prest nengoen neure burua zuzentzeko. Baina arrazoi nuenean, ez nintzen mugitzen, .nahiz eta familiako gainerakoak ados ez egon Amek seme-alaben borondatea hezi behar dute eta ez zapaldu, besterik gabe, haien desioak ukatuz, haurrak direlako. Haurrek beren borondatea modu osasuntsu eta egokian erabili nahi badute, ez zaie bihurritzat jo behar. Haien askatasuna ez da mugatu behar, eta gurasoengandik maitasun eta ulermen iradokizunak jaso behar dituzte beren desio txikiei dagokienez. Gurasoek uste badute denbora aurreztu dezaketela seme-alabak joz, denbora galdu besterik ez dute egingo. Gaiak haurrarekin eztabaidatu behar dituzte eta gero ez dute ezer gehiago egin. Haurrek zaplazteko txiki eta sendo batzuk jaso behar dituzte; horrek azkarrago .ikasten lagunduko die

Gurasoek askotan beren borondatea ezartzen diete seme-alabei. Haur baten borondatea landu behar da, eta .maitasunez, ulermenez eta pazientziaz tratatu behar dira Haurraren borondate automatikoaren ondoren, gaztaroaren "borondate itsua" dator. Borondate hau airera balak jaurtitzen dituen pistola baten antzekoa da, eztanda gogaikarriak baino ez dituen sortzen. Gazteek beren .borondatearen dinamita alferrik xahutzen dute Ondoren dator "leherketa-borondatea", haur bat nerabazarora iristen denean, bere borondatea askatzen baitu desio inpultsiboen eta jokabide arduragabearen bidez.

Askotan, kolpe eta kolpe mingarri batzuk jasan ondoren
.bakarrik ikasten dute ikasgaia

Esaten da erlea hain maiteminduta dagoela lotoaren
usainarekin, ezen denbora luzez geratzen baita lorearen
bihotzean, nektarra xurgatzen. Hori egiten duen bitartean,
loto petaloak inguruan ixten dira, eta erlea lotoaren barruan
.hiltzen da

Gero, iparraldeko eskualdeetako oreinak daude,
txirularen doinuek mozkortuta. Ehiztariak txirula jotzen
duenean, oreina harengana hurbiltzen da eta bere patu
.hilgarria betetzen du

Badira etxekotutako elefante batzuk ere (elefante
emeak), beste elefante batzuk erakartzeko eta ehizatze
.erabiltzen direnak

Testuinguru honetan, filosofo handi batek honelako
:zerbait esan zuen

Erlea usainak liluratuta dago
Eta oreinak txistu-hotsa egiten du
Elefantea gatibu erortzen da
Ukitu kitzikagarria dela eta
Baina zer gertatzen da zentzumen horiek guztiak dituen
:gizakiarekin? Filosofoak aholku hau ematen dio
Ez izan zure zentzumenen esklabo, eta ez utzi ezerk"

"edo inork zu kontrolatzen
:Niri dagokidanez, hau diot
Gogoratu zure zentzumen guztiak zure zerbitzura jarri
direla eta zure aginduak entzun eta zure borondate
.kontzientea bete behar dutela

Haserrea eta elefantearen oroimena
Barne bakea bilatzen dutenek ulertu behar dute nola
sortzen den haserrea eta nola eragiten dituen ondorio latzak
askotan. Haserreak eragindako barne desorekaren ondorioz,
jende asko beren borondatearen aurka kriminal eta hiltzaile
.bihurtu da

Desirak oztopatzea adimena itsutzen du. Desiraren
lainoak pertsona baten adimena hartzen duenean, zentzua
galtzen du eta gizaki noble baten desegokia den moduan
.jokatzen du

Arrazoiaren galerak ekintza on eta asmo on guztien
atzean dagoen indar eragilea den berezko bereizketa
.nahasten du

Giza bizitzaren ibilgailu mentalaren bolantea apurtzen
denean, ezinbestean istripu bat izango du eta mina eta
.miseria lubaki batean aurki daiteke bere burua

Adibidez: Senarra pozik gidatzen ari da, eta parkera
bidean, emazteak gurasoen etxera joateko eskatzen dio
norabidea aldatzeko parkera joan beharrean, eta hemen
.bere zoriona haserre bihurtzen da

Adibide hau aukeratu dut ohikoa delako. Kasu
normaletan, emaitza senarrak emaztearen eskaera
baztertzea edo haserre eta atsekabearekin ados egotea da,
eta horixe da, oro har, gertatzen dena. Bi kasuetan, haserrea
nagusitzen da, giroa tentsio bihurtzen da eta bakea apurtzen
.da

Kasu batzuetan, haserrea tragedia bihur daiteke izaera
bortitza dutenentzat. Haserreak memorian eragina izan
dezake, edo gidariak kontu handiz eta arretaz gidatzea
ahaztu dezake, edo trafiko-seinaleak ez errespetatu ditzake,
eta horrek talka edo, Jainkoak ez dezala utzi, heriotza eragin
.dezake

Ondorioz, haserreak borondatearen bolantea bizitzaren
gurdian blokeatzen du eta bere helburu material eta
.espiritualak lortzea eragozten dio
elefantearen memoria

Memoria" izeneko gaitasuna Jainkoak gizateriarentzat"
egindako oparia da, eta zein bedeinkapen handia den!

Memoria animaliei ere ematen zaie; hori gabe, ezingo
lituzkete beren kumeak ezagutu. Animalia batzuek memoria

bikaina dute, elefante bati buruzko hurrengo istorioak
.erakusten duen bezala

Elefante erraldoi bat egurra garraiatzen ari zela,
Ekialdean hezitako elefante askok egiten duten bezala, mutil
bat hurbildu zitzaion, orratz batekin enborrean ziztatu eta
.ihes egin zuen
Urtebete igaro zen gertakari hartatik, eta elefante berak
mutil berarekin egin zuen topo. Horrek elefanteari mendekua
hartzeko une nahiko egokia eman zion. Mutila enborrarekin
bildu eta bidearen beste aldera bota zuen bortizki. Beraz,
.animaliek badute oroitzapena

* * *

Amets asko izan ditut, eta orain esna nago Nire
arimaren aldarean, Zutaz etengabe gogoratzearen sua
pizten dut, ene Jainkoa Loaren lozorroa utzi duten begiekin,
Zure aurpegi ederrari begiratzen diot eta haren argi sakratua
.ikusteaz gozatzen dut

Eta zure graziari esker konturatu naiz osasuna,
gaixotasuna, bizitza eta heriotza amets mota guztiak direla
Amaitu dut ametsen eleberria, ilusioen gortina
.distiratsuan kolore biziz margotua

Eta orain ikusten zaitut existentzian dagoen egia
bakarra bezala

Jainkoak ikuspen horretan erakutsi zidan
Natura osoa irreal da. Naturaren atzean dagoena
.benetako esentzia da

Egun batean santutegiaren lurretan paseatzen ari
nintzen eta inguruko eguzki-argia ikusten nuen. Hondartzara
zihoazen eskailerak jaisten ari nintzela, gelditu eta
eskaileren argi elektrikoetara begiratu nuen, oraindik piztuta
zeudenak, baina ezin nituen bereizi, Jainkoaren argia etorri
zitzaidalako eta gainezka egin zidalako, eta ezin nuen bereizi
.beste argi gutxiago distiratsuetatik
{Ala zeru eta lurraren Argia da}

Eta argia iluntasunean distiratzten du, eta iluntasunak}

{ez du ulertu

Ez nuen inoiz eguzkia ikusi eta orduan jakin nuen
eguzki-argia eta argi elektrikoak ez direla batere errealak,
.benetako argia Jainkoaren argia den bitartean

Ikuspegi handi hartan, Jainkoak munduak erakutsi
zizkidan —bere jainkozko argiaren agerpen infinituak— eta
konturatu nintzen ikusten nituen gauzak bere kontzientzia
kosmikoaren adierazpenak besterik ez zirela. Harekin
lerrokatzen bagara, bere argitan ibiliko gara edonora goazela
eta bere presentzia sentituko dugu edonora biratzen garen
.lekuan

Kosmosaren espiritua ezagutzen dugunean eta funtsean
espirituak garela konturatzen garenean, lurra, hautsa,
mendiak, itsasoa eta zerua urtzen dira, eta Jainkoa baino ez
.da geratzen

Eta mendiak ikusten dituzu, geldirik daudela pentsatuz,
hodeien joan-etorri bezala igarotzen diren bitartean
Dena jainkozko niarekin bat egitea hitzez adierazi ezin
daitekeen egoera bat da, maitasun, poza eta ezagutzaren
asebetetze osoz dastatzen den zoriontasun handia
. (sinestunak bere Jaunarekin topo egitean duen poza)
Horrelako estasi espirituala lor daiteke bizitza
praktikoaren eta Jainkoaren kontenplazioaren arteko oreka
.egokia sortuz

Biltegi psikologikoa garbitzea

Autoanalisia funtsezkoa da bidean. Gorrotoa,
suminkortasuna edo haserre azkarra izan daiteke norbait.
Hala bada, norberaren kontzientzian gordetako ezaugarri
.horiek iraganeko ekintzen ondorio dira
Altzari nahasi eta higatu horien biltegi psikologikoa
garbitzeko, ekintza positibo eta eraikitzaileekin hasi behar
dugu, eta besteekiko maitasun sentimendua landu. Zenbat
eta gehiago maite ditugun pertsonak, orduan eta gehiago
maitatuko gaituzte, eta haien maitasuna sentituko dugu.

Baina kritikatzan baditugu, geure buruari ere bai, kritika hori
!sentituko dute eta anplifikatuta itzuliko digute
Demagun zure etsai zahar bat hil dela, baina oraindik
harekin duen gorrotoa eta erresumina gordetzen dituzula.
Mingostasun horren ondorioz sufrituko duzu, eta bere
ondorio kaltegarriak zure gorputzean eta buruan agertuko
dira. Hobe da Jainkoaren izenean barkatzea, horrela zure
bakea suntsitzen eta lasaitasuna apurtzen duten mendeku-
desira gaiztoetatik askatuko zarelako. Gorrotoa gorrotoaren
gainean pilatzeak, edo etsaitasunari gorrotoarekin
erantzuteak, ez du zure etsaiaren zureganako etsaitasuna
areagotzen bakarrik, baita zure gorputza eta emozioak
pozoitzen ere ondorioz [Beraz, barkatu barkamen eder
.batekin]

(Barkatu eta inoren aurkako gorrotorik ez nuenean)
Etsaitasunaren kezka kendu nuen neure burua
Noizean behin, pertsonak dena utzi behar du bere
buruarekin bakarrik egoteko, bizitzaren helburuaz
hausnartzeko. Jende gehienak tradizio eta moden korrante
batean dabil. Egia esan, ez dute inoiz benetan beren bizitza
bizi izan, munduko bizitza baizik. Zer lortu dute, eta non
?amaitu dute

Beraz, komenigarria da pertsona batek noizean behin
eguneroko kezka eta "betebeharretatik" aldentzea, bere
gogoaren nahasmena baretzeko eta haren funtsa ulertzen
.saiaitzeko eta lortu nahi duen helburua zehazteko
Gogoratu jaso dezakezun testigantzarik handiena zure
kontzientziarena dela: zure arimaren ahots nahastezina eta
hutsezina. Zure kontzientziak esaten dizuna da benetan nor
.zaren, apaingarririk edo mozorrorik gabe
Pentsa ezazu Jesukristoren botereaz, honek esan
baitzuen: «Aita, barka iezaiezu, ez baitakite egiten ez
.«dakitena

Zure kontzientzia argituaren ahotsa entzuteak argia
ekarriko dio zure bideari eta bedeinkapena zure bizitzari.

Bihotzean desio bat betetzeko gogo handia sentitzen
duzunean, erabili zure bereizmena eta galdetu zeure
"?buruari: "Bete nahi dudan desio ona ala txarra al da
Faktore askok pizten dituzte gizakien desirak Norbaitek
auto modelo berri bat ikusten duenean, antzeko bat izan
nahi du Estilo berriko etxe bat ikusten duenean, antzeko bat
izan nahi du Moda joera berri bat bihurtzen da ezagun, eta
!jendeak estilo hori erosi eta janzteko irrika du
Nondik datoz desioak? Ordu asko eman nituen honi
buruz hausnartzen Sailka ditzakezu zure desio guztiak? Nire
desio guztiak ordenatzea lortu nuen eta onak bakarrik gorde
nituen Eta jainkozko batasuna lortu nuenean, konturatu
nintzen nire desio on guztiak batera bete zirela Gaur egun
pertsona batek gauza bat nahi du, eta bihar bere arimak
beste zerbaiten irrika du
Jainko Ahalguztidunarengandik datorren gogo ezin da
mundu honetako ondasunekin ase. Jainkoa arimaren
altxorrik maiteena eta preziatuena da, eta bera bakarrik da
gai bihotzaren irrika asetzeko eta arimaren nahiak
.betetzeko
Ontasunez gainezka dagoen biltegi kosmikorako
sarbidea
Jainkoa da gaitasun intelektual guztien iturria eta iturria,
bakearen egilea eta oparotasun eta ugaritasun guztien
biltegia. Etengabe ontasunez gainezka dagoen jainkozko
oparotasunarekin bat egiteko, gure arimetatik behin betiko
desagerrarazi behar ditugu nahi eta beharren
.pentsamenduak
Adimen unibertsala osoa eta perfektua da, ezer falta ez
zaio. Mota guztietako bedeinkapenez gainezka dagoen
biltegi kosmiko honetara sartzeko, norberak landu behar du
ugaritasunaren kontzientzia eta beti izan baikorra, hurrengo
!lira, libera, dinar edo dolarraren iturria ez badaki ere
Pentsa ezazu jainkozko eskuzabaltasuna euri freskagarri
eta ugari gisa, edozein ontzitan jaso dezakezuna! Kopa bat

eskuetan baduzu, beteko duzu; ontzia handiagoa bada, hura ere beteko duzu. Zer nolako ontzi erabiltzen ari zara zeruko oparotasun hau jasotzeko? Zure ontzia akastuna izan daiteke, agian zulo psikologiko eta intelektualez josita. Kasu horretan, konpondu egin behar duzu beldurra, gorrotoa, zalantza eta inbidia kenduz, eta bakearen, lasaitasunaren, zintzotasunaren eta maitasun hutsaren urekin garbituz, .Eskuzabalaren grazia ugaria jasotzeko prestatzeko Jainkozko ugaritasuna zerbitzuaren eta ematearen legeen arabera funtzionatzeko du. Eman lehenik, gero jaso. Eman jendeari zure onena, eta zuk onena jasoko duzu trukean. Ez espero arrakasta lehenengo saiakera guztietan. Saiakera batzuk huts egin dezakete, baina beste batzuk ere .arrakasta izango dute

Arrakasta eta porrota elkarri lotuta daude. Bata ezin da bestea gabe existitu, eta arazo edo betebeharrak larrienei jarduera fokalizatuarekin aurre egin behar zaie, eta lortu .beharrekoa lortzeko ahalegin guztiak egin behar dira

Ahalik eta indar eta ilusio handiz saiatu azken txanpara .iritsi arte. Ez dago zalantzarik edo atzera egin beharrik

Bidea aurkitzen ez baduzu, ez du esan nahi saiatzeari utzi behar diozunik. Helburua galtzen baduzu, galdetu nola iritsi hara, baina ez utzi saiatzeari. Jende askok porrota onartzen du zailtasunak aurkitzen dituen bezain laster. Huts egiten dutenek arrakasta duten pertsonekin kontsultatu beharko lukete, ez beraiek bezala huts egin dutenekin. Izan gaitzen erabakita arrakasta lortzeko eta utzi dezagun .printzipio hau gure bizitzako filosofia izaten

Poztasunaren ereserkia
Nire ordua iristen denean
Heriotzak nire belarriak gortzen ditu
Nire maite jainkotiarraren ahotsa entzungo dut
Eta azken deitzaileak arnasa moztu didanean
Bere jainkozko presentziaren usaina arnastuko dut
Eta heriotzak nire mihia isilarazten duenean

Bere maitasunaren nektarra dastatuko dut
Eta heriotzak nire ikusmena itsutzen duenean
Bere argi guztia ikusiko dut
Nonahi koroatuta
Eta heriotzak nire odola eta nire ukitua izoztu zituenean
Beroa bilatuko dut nire maite kosmikoaren magalean
Eta nire begiek zoruak ikusteari uzten diotenean
Nire ikusmen izpiak zeharkatuko du
Dena hankaz gora jartzen du eta bere sekretu ezkutuak
agerian uzten ditu
Eta nire belarriak jada entzun ezin dutenean
Iraganeko eta oraingo gauza guztien xuxurlak entzungo
ditut
Eta datozen egunetan gertatuko direnak
Eta nire sudurak lurraren usainaz gozatzeko gai ez
denean
Arimaren sekretuak norabide guztietan bilatuko ditut
Mihia dastatzeko gai ez denean
Dastatu ditudan gauza on eta bedeinkatu guztiak
gogoratuko ditut
Eta gorputz honen zentzua desagertzen denean
Nire gorputz kosmikoak sentituko du
Hemen eta han den guztiaren ukitu sekretu eta magikoa
Itsasoaren gainazalean olatuak dantzan sentituko ditut
Eta burbuila kosmikoekin espazio mugagabea korrika
eginez
Gorputzeko zelulak hilko dira
Bere aldi baterako murrizketak konponduko dira
Baina betikotasunarenugarretan berpiztuko da bizirik
Poza ikusiko duzu eta poza entzungo duzu
Poza dastatu eta zorientasunaren usaina arnastuko duzu
Eta poz berri eta iraunkorra sentituko duzu
Eta jainkoen zorientasunaren doinueta dantzatzen du
Zentzumenek mamuen dantza alde batera utzi dezatela
mina eta heriotzaren bila

Eta betiko extasiaren sentimenduetan eraldatzeko
Argiaren, zoriontasunaren eta pozaren erreinuan
:Bizitzaren bidea honako hau da
Hazkunde psikologikorako oztopoen artean daude auto-
maitasuna, harrotasuna, gutizia, haserrea, gorrotoa, inbidia
eta pertsona bat ezjakintasun egoera sakonago batera
eramaten edo bultzatzen duten beste ezaugarri ilun batzuk.
Premiazkoa dena askatasunera daraman bidea jarraitzea da,
giza desioak etengabe berritzen diren eta amaigabeak
diruditen ohiturek gobernatzeko baitituzte Ohitura hauek
arima espetxeratzen eta gatibu mantentzen dute, bere
jabearentzat askapen eta emantzipazioaren bidea ibiltzea
.ezinezko bihurtuz

Bizitzaren bidea honako hau da: alde batetik
ezjakintasunaren haran iluna dago, eta bestetik,
jakinduriaren argi distiratsua. Jakinduriaren arabera jokatzeko
dugunean, askatasunaren bidean segurtasunez goaz eta
.behar duguna lortzen dugu
Unibertso osoa jainkozko borondatearen sorkuntza da,
eta borondate bedeinkatu horrekin lerrokatzen garenean,
.behar duguna ahaleginik gabe iristen zaigu
Ez dut ezer gehiago nahi neure buruarentzat,
.badakidalako pentsatzen dudana egia bihurtuko dela
Jainkozko jakinduria eta jainkozko maitasuna edukitzeak
bihotzeko desio guztiak betetzen ditu, eta hitzek ezin dute
deskribatu zein egoera harrigarri eta miragarria den. Zeure
buruaren eta zure patuaren jaun zarela konturatzen
zarenean, bakearen eta lasaitasunaren erregea, ez duzu
ezeren beldurrik. Aitzitik, mundu osoak nahi duzuna lortzeko
.lan egiten du Jainkoaren borondate eta laguntzarekin
Jainkoak gizateria bere irudira sortu zuenez, hura
aurkitzen dutenek ikusiko dute Jainkoak eskaera guztiak
betetzen dituela eta nahi dutena ematen diela. Baina
gizateriak besteak menderatzeko edo bere boterea

erakusteko gogo txikiena ere baduen bitartean, ez du
.Jainkoarengan askatasunik aurkituko
Jainkoa ezagutzea apaltasunarekin, maitasunarekin eta
poz espiritualarekin hasten da Benetako boterea Jainkoa
.ezagutzearekin dator

Olatu txikiak atzean duen ozeano zabalak eusten diola
jakingo balu, esan lezake: "Ba naiz ozeanoarekin".
Ziurtasunez konturatu behar dugu Jainkoaren ozeanoa gure
kontzientziatik haratago dagoela eta guregandik gertu
dagoela, beraz, ez dago beldurrik edo antsietaterik izateko
.beharrik

Jainkozko izaera bakea, apaltasuna, maitasuna,
kontzientziaren hedapena eta ezagutza osoa da.
Jainkoarekin harmonian dagoenak ez dio bere buruari edo
besteei frogatu beharko dituen botereak, bere arimak
badakielako ahalguztidunak eusten diola eta Jainkoak
.zaintzen eta babesten duela nonahi eta noiznahi dagoen
Jainkoa ezagutzen dutenak esna daude beren izaera
espiritualean eta lo daude beren izaera materialean.
.Badakite edozer gauza lor dezaketela haren graziatik
Beraz, zintzoak izan behar dugu geure buruarekin eta
subiranotasun horren bila ahalegindu, munduaren
tranpetatik eta haren tentazio engainagarrietatik ihes egiten
saiauz, eta gure denbora modu positiboan eta erabilgarrian
pentsatzen eta ontasunaren haziak mundu honetako
lurzoruan landatzen inbertitu, aurkitu genuena baino hobeto
.utzi ahal izateko

Ateak irekiko zaizkigu eta bideak zabalduko zaizkigu
aurrean

Bizitzak zerbitzu altruistaren inguruan biratu beharko
luke, ideal hori gabe, Jainkoak gizateriari eman dion
kontzientziak ez baitu bere potentzial osoa lortuko. Besteei
zerbitzatzen diegunean eta gure egoa ahazten dugunean, ni
.handiagoa biziko dugu: jainkozko espiritua

Lana ezinbestekoa da eta giza asmamenaren eta sormenaren motibazio indartsua da. Hala ere, lanaren helburu bakarra aberastasuna metatzea bada, balioa galtzen .du eta zentzurik gabe geratzen da Lana zerbitzua da, eta saltzeko moduko produktu batek kalitatezkoa eta benetan onuragarria izan behar du besteentzat. Besteei zerbitzatzeko diegunean, geure buruari laguntzen diogu neurri berean, haiek gure luzapena baitira, .gu haien luzapena garen bezala

Pertsona heldu batek ez du jokatzeko arreta handiz pentsatu gabe. Zerbitzu bat ematen dugunean, zerbitzu bat .ere jasotzen dugu, nahiz eta modu ez-materialean izan Beraz, besteak zerbitzatzeko laguntza ekonomikoa, psikologikoa edo morala emanez trukean gogobetetasun .psikologikoa lortzea da

Gure kideei eskaintzen diegun zerbitzu bakoitzak kontzientzia unibertsalera hurbiltzen gaitu. Pertsona batek besteekiko benetako kezka erakusten duenean, bere kontzientzia berearekin bat egiten du, eta maitasun baldintzagabeak kontzientziaren mugak zabaltzen ditu .kontzientzia kosmikoaren atalaseerantz

Gure anaien zoriontasunaz pentsatzen badugu, gure zoriontasun zatia ugaria izango da, eta gure maitasuna besteei ematen badiegu, haren indarra sentituko dute eta .hobera aldatuko dira

Itsu-itsuan atxikimendua eta arrazoirik gabeko gorrotoa biak dira kontzientzia-etapa aurreratueta iristeko oztopo kaltegarriak. Denak maitatzen ikasi behar dugu, denok .Jainkoaren seme-alabak baikara

Borondatez egin behar dugu egiten dugun guztia, eta anbiziotsuak izan behar dugu gure ahaleginetan. Pertsona batek maitasunez eta asebetetzez zereginak egiteko gogo zintzoa eta umore ona dituenean, nekea edo asperdurarik gabe, energia kosmikoa etengabe isurtzen da bere .gorputzean, gogoan eta borondatean

Ahultasunaren eta nekearen ideiak bere kontzientzian
sartzen uzten ez duenak energia leunen kargak eta jarduera
bizi-korronteak sortzen ditu bere nerbioak kargatzeko eta
.gorputzeko zelulak eta ehunak freskatzeko

Pertsona batek zerbait egiteko gogorik ez duenean,
hasieratik nekatuta sentitzen da, baina gogoia duenean, bere
izatea energiaz eta bizitasunez gainezka egiten du. Beren
betebeharrak gogoz eta pozik betetzen dituztenek jainkozko
indar agortezin batek eusten eta babesten dituela aurkitzen
.dute

Batzuk hain murgilduta daude lanean, ezen ez baitute
denborarik introspekziarako edo bizitzaz gozatzeko. Lanean
ari garenean, gure burua gauza positiboetan lanean
jarraitzen dugunean, indar ezkutu bat sentitzen dugu,
.laguntzen eta energia gehiago ematen diguna
Bihotza zintzoa eta zintzoa bada betebeharrak
betetzean, ateak irekiko zaizkigu eta bideak zabalduko
.zaizkigu aurrean

Jainko Ahalguztidunari bedeinka gaitzala eskatzen
diogu, bizitzaren fabrika gure lana pozik eta pozik burutu
.ahal izan dezagun
Eta bere jakinduriak gure pentsamendua inspira dezala
Eta bere boterearen olatuak gure eguneroko jardueren
ibaietan dantzan dabilta

!Hildako oilar bat bezala argi ikusteko gai ez
Edozein egoeratan aukera egokia nola egin jakiteko,
.gure epaia ikuspegiaren indarrarekin gidatu behar dugu
Guztiok dugu seigarren zentzumen hau, baina jende
gehienak ez du erabiltzen. Horren ordez, bost zentzumen
baxuago eta fidagarriagoak ez diren txostenetan
oinarritzen dira, bost zentzumen horiek ez digutelako beti
erabaki egokiak hartzeko oinarritu gaitezkeen informazio
.zehatza ematen

Beren irismen eta botere mugatuaz gain, zentzumenek -
eta eurekin batera, egoari lotutako gogoak- gauzak gustuko

eta gustuko ez dituenaren arabera interpretatzen dituzte,
eta ez egia denaren eta, azken finean, gizakiaren interes
.onenak betetzen dituenaren arabera

Pertsona batek bere erabakiak zentzumenek emandako

txostenetan eta zentzumenekin lotuta dagoen bere
adimenak esaten dizkion ondorioetan oinarritzen dituenek,
.askotan egoera desegokietan aurkitzen du bere burua

Espero dut mundu osoak egunero denbora batez

barnera begiratzearen, gidaritza bilatzearen eta Jainkoaren
laguntza eskatzearen garrantziaz jabetuko den eguna iristea.

Pertsona batek hori egiten duenean, orekatuagoa, lasaiagoa
eta zorrotzagoa bihurtzen da, bere ikuspegia irekitzen den
heinean, gauzak argi ikusteko eta erabaki zuzenak hartzeko

aukera emanez. Ohitura murritztaileetatik, desira

nahasietatik, emozio mingarrietatik eta inpultsiboki eta
hausnartu gabe jokatzera bultzatzen dituzten atxikimendu
.pertsonaletatik ere askatzen dira

Bereizmena, ikuspegi argia bezala, arimaren ezaugarri

bat da, beharrezkoa denean zer egin behar den jakiten
laguntzen duena. Ezaugarri espiritual horiek arrazoiketa
sendoaren eta Jainkoaren hausnarketaren bidez landu

.daitezke

Desirak eta emozioek norberaren epaia lainotzen

dutenean, ikuspegia itsu bihurtzen da, bai psikologikoki bai
espiritualki. Emozioek pertsonak gainditzen dituztenean,
nahasmena eta nahasmena jasaten dituzte, hondoratu eta

!argi ikusteko gai bihurtuz, hiltako oilar bat bezala

Emozioek pertsona baten iritziak eta besteen

ikuspuntua alboratuak bihurtzen dituzte, eta argi
pentsatzeko eta egoerari zentzuz eta arrazionalki aurre
.egiteko gaitasuna paralizatzen dute

Gertakariak gure iritzi pertsonaletatik bereizten ikasten

dugunean, gure epaia ez da gehiago gure desio subjektiboek
hainbeste eragingo. Hau denek ikasiko balute, mundua orain

.baino leku ulerkorragoa eta baketsuagoa izango litzateke

Ikuspegia normalean bihotzean sortzen da. Bihotzak
urduri sentitzen duenean, pertsona bat zerbait gaizki
dagoela pentsatzera eta pertsona eta egoera jakin batzuekin
harremanetan kontuz ibilitzera bultzatzen du. Zerbaitengatik
kezkatuta bazaude, edo zein bide hartu jakin nahi baduzu,
.zure bihotzean zentratu

Kezkak gainezka egiten dizutenean eta arazoek
inguratzen zaituztenean, zentratu zure pentsamenduak
bihotzean eta saiatu bertatik sortzen diren sentimenduez
jabetzen. Egon lasai, eta bat-batean sentimendu sakon batek
hartuko zaitu, eta Jainkoak erakutsiko dizu, zure barne-
ikuspegiaren bidez, une horretan eman behar duzun
.hurrengo urratsa

Garuneko zelulen izaera anormala aldatzea
Ohiko sendatzaile espiritualek edo apaizek ez dute
bekatuak barkatzeko edo aholku bila datozen bekataria
askatzeko ahalmenik, errezeta espiritualak ematea besterik
ezin baitute egin, besterik ez. Baina Jainkoa ezagutzen
dutenek oso aurrerapen espiritualak lortu dituzte, beraz, ez
daude bekatariei aholku espiritualak ematearekin
konformatzen, baizik eta -Jainkoaren graziaz eta laguntzaz-
beren bekaturen ondorioetatik askatzen dituen botere
.espiritualaz bete ditzakete

Ekintza on eta txar guztiak garuneko zeluletan latente
daude eta pentsamenduan ohitura edo joera on edo gaizto
.gisa agertzen dira

Ohitura osasungaitzak dituen pertsona batek, bere
garuneko zelulak ohitura horien botereaz kargatuta
daudelako, bere burua askatu dezake borondatearen,
meditazioaren, otoitz zintzoaren eta etengabeko baieztapen
positiboen bidez, bere ohitura desegoki guztiak bake eta
.lasaitasun ohitura on bihurtu arte

Hori gertatzen da behar bezala zuzendutako bizi-
indarrak garuneko zelulen izaera anormala aldatzeko lanean

diharduenean, zelula horiek on, zuzen eta eder den guztiaz
.bete daitezten

Horrek esan nahi du ideia faltsuz betetako garuneko
zelulak jarduera biziaren bidez erretzen direla, garunean
sendo biltzen direnean eta helburu noble eta
.onuragarrietarako erabiltzen direnean

Bere gorputz fisikoari oso lotuta dagoen pertsona batek
bere jarduera bizia bere gihar eta zentzumenekin lotuta
mantentzen du, joera espiritual eta kontenplatiboa duen
norbaitek, berriz, bere giharrak eta gorputza erlaxazio aktibo
egoeran mantentzen ditu, eta bere adimena
zentzumenetatik bereizita, bizi-indarra nerbio-sisteman
egoteari utzi eta garunean kontzentratzen dadin. Horregatik,
meditazioa da garuneko zelulak espiritualizatzeko eta
adimenetik ohitura desatsegin ororen sustraiak
.desagerrarazteko modurik eraginkorrena

Ohitura boterea da, eta jendeak botere hori gaizki
erabiltzen du ekintza gaiztoak eginez, ekintza onetan erabili
.beharrean

Ezjakintasunak, hausnarketa faltak, konpainia ona
aukeratzeko porrotak eta ekintza onak alde batera uzteak
askotan pertsona bat ohitura txarren tranpetan eta
amarruetan eramaten dute, eta hauek haren gainean
ibiltzen den pertsona bere borondatearen aurka irensten
.duen hondar mugikorraren antzekoak dira
Laguntasunaren eragina borondate-indarra eta epaiketa
:ona baino indartsuagoa da

Ez egin adiskidetasunik pertsona gaizto batekin,]
[pertsona gaizto batek norberaren izaera hondatu baitezake
Jende jakintsuak ahaleginik gabe nobleki jokatzten du,
kaltea maite dutenek, berriz, ohituraren indarrak ekintza
kaltegarriak eta gorrotagarriak egitera behartuta daudela
.dirudi, bekatua eta gaiztakeria egitera behartzen baititu
Jainko Ahalguztidunari eskatzen diogu pentsamendu
onekin inspiratzeko

Ongia eta edertasuna ikus ditzagun
Onuragarria dena eta kaltegarria dena bereizten dugu
Eta harengana jo dezagun
Eta espero dugu hori
.Ongi guztien iturria

Eta ontasun guztien iturria
"Oi mendi, ezin zaitu haizeak astindu"

Pertsona orekatu batek lasai eta konposatuta
mantentzen da bere eginkizunak betetzen dituen bitartean,
arrakasta edo porrota lortu arren. Arrakasta eta porrota
ezinbestean une desberdinetan gertatuko dira, gorputzaren,
gogoaren eta munduaren berezko dualtasunaren arabera.

Bere buruari etengabe bere buruari bere izaera
gogorarazten dion pertsona kontraesanekiko sentiberago
.dago eta munduko ilusioek eragin gutxiago dute

Barne-oreka lortu nahi dutenek ez dute gorputzean

dagoen kontzientzia dualistak zikintzen utzi behar.

Zalantzarik gabe, praktika hori zaila da, arimak, gorputz
sentikorrarekin sinpatizatzen duenean, haren ezaugarri onak
eta txarrak hartzen baititu. Gorputzaren egoera
aldakorrekiko atxikimendutik askatzeko, gorputz-
kontzientzia gainditu behar da, hau baita miseria guztien
.iturria

Zirkunstantzien menpe bizi direnek plazer eta
gozamenetan gozatzen dute eta min eta zailtasunengatik
atsekabetzen dira. Baina gero eta ulermen handiagoa
dutenek lasai eta osatuta jarraitzen dute, eguneroko
bizitzaren ehuna diren asaldura eta nahasmenduek astindu
.gabe [haizeak mugitzen ez duen mendi bat bezala]
Pertsona orekatu batek, atsekabe eta min garaietan ere,
barne bakea mantentzen du bai egoera onetan bai
txarretan. Gainera, besteekin enpatizatzeke, haien
sentimenduak ulertzeko eta laguntzeko gaitasuna du, bere
kezkek gainezka egin gabe. Horrela, bere barne indarraren
bidez, besteak kontsolatu eta haien atsekabea arindu

ditzake. Eta bere lasaitasunaren eta orekaren bidez, besteei
ikasgai baliotsua irakasten die eztanda emozional
.suntsitzaileei ez amore emateko
Gizon jakintsuak jainkozko espiritua ikusten du
guztiengan, eta berekoikeriazko desioetatik askatzen den
heinean, konbentzimenduz eta asebetez onartzen du
Jainkoagandik gorputzaren, gogoaren eta arimaren beharrak
asetzeko datorren guztia. Egoaren mugaketatik askatzen da
eta ez du besteei etsaitasunik sentitzen, ezta bere
begiradak eta hitzak jendearen bakea eta lasaitasuna
asaldatzen duten bibrazio kaltegarriekin zamatzen ere,
bilatzen ari den jainkozko espiritua guztiengan ezkutuan
.ikusten duelako
Azken helburura iristen denean, arrakasta eta porrota
berdinak bihurtzen zaizkio, dualtasun sentrazioa
desagertzen baita batasun unibertsalaren funtsa aurkitzen
.duen heinean
Jainkoarenganako maitasunagatik eta gizateriari
zerbitzuan egiten duen bitartean, betiko loturarik gabe
.geratzen da
.Zoriontasuna lortzeko
Zoriontasuna lortzeko, autodiziplinak gidatutako bizitza
bizi behar da. Bizitzako lege gorenaren arabera beren egoerak
kontrolatzea erabakitzen dutenek ikusiko dute beren
egoerak automatikoki egokitzen direla horren arabera.
Bizitza honetan ditugun zailtasunek inspiratzen gaituzte eta
ahalegin handiagoa egitera motibatzen gaituzte, maila
.altuagoetara iristeko
Hori bilatzen baduzu, jarraitu hara eramaten duten
.bideak, eta inork ezingo zaitu horretatik eragotzi edo kendu
Jainkoak arrazoia eman digu, eta fedearen,
baikortasunaren eta pozaren argiak piztu behar ditugu
bertan, eta ahalik eta gehien askatu proba larri guztietatik.
Borondatea ere landu behar dugu, gure inguruabarrak
.kontrolatu ahal izateko, haiek kontrolatu beharrean

Ezinbestekoa da gure bizitzarako plan logikoak eta
sendoak garatzea, lortu nahi ditugun eta egin behar ditugula
dakigun gauza on guztiak lortzeko. Planifikatzen,
ahalegintzen eta lanean ari garenean, gogoratu dezagun
Jainkoa dela, Eskuzabala, laguntza ematen digun eta zuzena
den horretara gidatzen gaituena. Horrela eginez gero,
determinazioa, pazientzia, erresilientzia eta ikuspegi argia
.izango ditugu

Jainkoaren lur zabalean zauden lekuan zaudela

.arrakasta eta zoriontasuna opa dizugu

Guztiak mamu eta irudi jarraiak dira

Arrosa-lorategiak

Malkoen Haranak

Eta ihintz tantak kimu samurrei itsatsita

Eta haurtzaroko pozak

eta grina neurrigabeak

Eta poz izugarriak beren joan-etorrian

Eta bihotzetan atsekabe handiak

Eta zeruko kandelak keinuka eta desagertzen dira

Eta maitemintzearen mirajeak erakartzen gaitu

.Ilusiotik ilusioetara

Eta pasioz desiratzen du

Eta olagarroaren antzeko helduleku tematia

Eta jaioberriaren negarra

Heriotzaren erritmora

Eta osasun borborkatsuaren poza

Eta une iheskorrak

Guztiak espektro eta irudi jarraituak dira

.Kontzientziaren pantailan

Jauna, lagundu iezadazu

Neure baitan ezaugarri eta bertute nobleak lantzeko

Eta lasaitasunaren eta autokontrolaren soldaduak neure

baitan entrenatzeko

Izan zaitez bere jainkozko gidari liderra

.Gudu erabakigarrian

Ezjakintasunaren eta ukazioaren aurka
Eta zure bedekatasutako bandera eta artikulak
altxatzeko
Egiaren bandera eta zuzentasunaren eta ontasunaren
printzipioak
Nire arimaren monumentuen gainetik hegan
Eta nire bizitzako eskualdeak
* * *

Kontuz ibili behar da beldurraren gainetik. Prebentzio neurriak hartu behar dira, eta ahalegin guztiak egin behar dira gaixotasunen arrazoiak ezabatzeko eta beldurretik askatzeko. Mikrobioak hain ugariak dira nonahi, ezen jendea izutuko balitz, ezingo luke bizitzaz gozatu. Beharrezko osasun neurri guztiak hartuta ere, pertsona batek bere etxea mikroskopia bidez aztertu ahal izango balu, gosea eta jateko .gogoa galduko lituzke

Beldurra duzun edozer gauzagatik, alde batera utzi zure pentsamenduak. Utzi Jainkoari eta sendotu zure konfiantza Harengan. Sufrimendu asko antsietateak eragiten du normalean. Zergatik sufritu gaixotasunak oraindik jo ez duenean? Jende gehienaren gaixotasunak beldurretik sortzen direnez, beldurra askatzeak berehala askatuko ditu, eta sendatzea berehalakoa izango da. Gauero, oheratu aurretik, baieztatu zeure buruari: "Jainkoa nirekin dago, eta Jainkoa berarekin duenak ez du ezer beldurtzeko". Inguratu zaitez mentalki Jainkoaren Espirituaz eta haren energia kosmikoez, erasotzen zaituen edozein germen hil egingo dela sinetsiz. "Jainko Ahalguztiduna" edo "Jaun Laguntzaile" konfiantza osoz errepikatzeak babestu, indartu eta eroso eta osasuntsu sentiaraziko zaitu. Jainkoarekin harmonian zaudenean, haren egia zure baitan isuriko da, eta jakingo duzu zure muinean, zailtasunek ukitu gabeko eta hilezkorra .den espiritua zarela

Beldurra sentitzen duzun bakoitzean, jarri esku-ahurra bihotzean, ezkerretik eskuinera igurtziz, esanez: "Jauna,

kendu beldur hau niregandik eta askatu nire adimena eta
pentsamenduak distrakzio orotatik". Irrati-interferentziak
kentzeko moduak dauden bezala, bihotza etengabe
ezkerretik eskuinera igurtziz gero, eta beldurra bihotzetik
uxatzeko ideian etengabe zentratzen bazara, beldurra
desagertuko da Jainkoaren laguntzarekin, eta jainkozko poza
.sentituko duzu zure izate osoa betetzen
Beldurra beti dago gizakiarekin, eta hori kentzea posible
.da Jainkoaz pentsatuz eta haren presentzia sentituz
Fidatu Jainkoarengan eta izan benetakoa egiten duzun
guztian Imitatzaile asko daude; ez gehitu zure izena haien
zerrenda luzera Menderatu egiten duzuna eta egin inork
lehenago egin ez duen modu berezi batean Eremua zabalik
dago sormenerako, nahia zintzoa den bitartean eta
borondatea hor dagoen bitartean Natura osoak erantzuten
.dizu Jainkoarekin harmonian zaudenean
Jendeak askotan bere burua lehenesten du, baina
besteengan pentsatu eta ahal dugun guztia egin beharko
genuke haiei laguntzeko, geure buruari bezala onena opa
diegunean. Hori borondatez eta bihotz-bihotzez egiten
dugunean, gure enpatia-zirkulua zabaltzen dela sentitzen
dugu eta gure eta besteen arteko maitasun-loturak sakondu
.eta sendotzen direla
biztanleko ingurune batean, denek modu 1.000
adiskidetsuan jokatu balute, pertsona bakoitzak 999 lagun
izango lituzke. Baina ingurune horretako guztiek besteekiko
etsai gisa jokatu balute, pertsona bakoitzak 999 etsai
.izango lituzke
Ilargiaren argia eta zoriontsuak diren lurralde urrunak
Arratsaldea iristen denean, nahastu zure
pentsamenduak ilargi-argiarekin
Garbitu zure atsekabeak bere izpiekin
Argi zoragarria zure gorputzean zehar astiro hedatzen
sentitzen dut
Eta zuhaitzen eta eskualde urrunen gaineratik

Zutik egon zabaltasun zabalean eta begiratu begi
lasaiekin

Ilargiaren izpiari eta agerian uzten dituen ikuspegi
zoragarriei

Begira horizonte distiratsuaren ertz estaliak
Utzi zure gogoetazko pentsamenduek perspektibaren
mugak gainditzen

Urrezko ametsen lurraldera
Aldatu zure arreta ilargiaren izpiek erakusten dituzten
formei

Izar urrunetara eta zero urrunera
Eter biziaren atzean dagoen betiko isiltasuna
Non dena maitasunez eta bizitzaz taupadatzen den
Ikusi ilargiaren izpiak luzatzen
Ez bakarrik Lurrean
Aitzitik, zure gogo sublimearen erreinu infinituen txoko
guztietan

Sakon hausnartu, lurralde urrun eta zoriontsuetara iritsi
ahal izateko

Kontzientzia espiritual sakonaren dimentsioak
Eta unibertsoa zilarrezko argi gisa ikusten da
Ez du mugarik eta amaierarik

* * *

Gizakiak ohitura osasungaitzek lotuta daude, eta ohitura
horiek etengabe elikatzen dira ohitura onak hiltzen eta
.desagertzen diren bitartean

Gonbidatu desatseginak hartu dute lehen lekua
pertsona baten bizitzan, bisitari ohoratuek, berriz, utzikeria
eta mespretxua baino ez dute jasotzen haren aldetik, eta
.umiliatuta eta bihotz-hautsirik alde egiten dute haren atetik
Ohitura onak ekintza onen bidez elikatu behar dira, eta
hori konpainia onaren eta idazki inspiratzaileen bidez
ziurtatzen da, ingurunearen eragina borondatea baino
.indartsuagoa baita

Gizakiak materialismoak gidatzen ditu, eta arrazoiaren argia etengabe kanpora zuzentzen da barrura baino. Jendea hara eta hona dabil korrika, baina ez dago munduan bere burutik eta bere kontzientziazik babestuko dituen lekurik; .auto-hausnarketa une bat ezinbestekoa da

Pertsona batek arrakastaren alde otoitz egiten badu, bere pentsamenduak aldi berean porrot, kaos eta apatia pentsamenduz beteta dauden bitartean, norbait misio batera bidaltzen duen norbait bezalakoa da, bidean lapurrek erasotzeko. Pertsona baten arrakasta lapurtzen duten lapurrak ohitura txarrak dira. Pertsona batek bere otoitzak Jainkoari babesik gabe bidaltzen dizkio, eta antsietatearen eta kezkaaren lapurrek erasotzen diote Jainkoarengana iritsi aurretik. Noski, Jainkoak otoitzak entzuten ditu, nonahi dagoelako eta dena dakielako, baina zenbait egoeratan, otoitzak ez dira erantzuten. Zergatik ez dira batzuetan erantzuten? Erantzuna subkontzientearen lurzoruan ezkutatuta dauden hazi negatiboetan dago. Iragan urrun eta hurbilean sortutako ohitura txar horiek pertsona baten eta Jainkoaren arteko hesi gisa daude. Pentsamendu positiboak arimaren lurzoruan landatu behar dira, baldintza egokietan ernetu eta haz daitezen eta fruituak eman ditzaten. Ezin da osasunean, oparotasunean eta egoera faborretan soilik fidatu, hauek iragankorrak eta aldi baterakoak baitira.

.Jakintsua da espirituaren eremuan inbertitzea

Pertsona baten bizitzan eta ariman etengabe daude indar suntsitzaileak lanean, iraganeko akatsetatik sortuak. Beraz, erne eta kontuz ibili behar da indar boteretsu hauei .aurre egiteko eta horiei aurre egiteko

Arrakasta lortzeko otoitz egiten duenak, aldi berean bere buruari pentsatzen dion bitartean, "Ez dut uste arrakasta izango dudarik", ez du arrakastarik izango. Otoitza fede sutsuz eta bihotz apal batekin eskaini behar da, jainkozko argia distira dezan eta zeruko bedeinkazioak .jaisteko

Telefono hautsi batekin hitz egitea ezinezkoa den bezala, ezinezkoa da otoitzak eraginkortasunez transmititzea kezka, antsietate, atsekabe eta gauza iragankorrei atxikimenduz zamatutako gogo batekin. Lasaitasun sakonaren eta harmonia lasaiaren bidez, bibrazio findu eta eraikitzaileekin, gogoa konpondu eta kalibratu daiteke, bere harmen espiritualak anplifikatu, Jainkoari bihotzetik datozen mezuak modu eraginkor eta efizientean transmititzeko eta .haren erantzun bedeinkatua jasotzeko aukera emanek
Jauna, eskuak bularrean jarrita, nire izate osoa eskaintzen dizut, eta nire otoitzak maitasun sakonez betetzen ditut. Eman iezadazu haurren maitasun xaloa Zureganako, eta lagundu iezadazu zure hurbiltasuna sentitzen nire erregu-hitzen atzean. Utzi zure presentzia sentitzen nire sentimendu guztietan, eta utzi konturatzen zure jakinduriak nire ulermena eusten duela eta nire bizitza zure argiaren txinparta eta zure bizitza unibertsalaren .agerpen bat dela

Normalean pertsona zoriontsuenak dira Benetako giza zoriontasuna pertsona batek ikasteko eta modu egoki eta errespetuzkoan jokatzeko etengabeko prestutasunean datza. Zenbat eta gehiago hobetu norberak bere burua, orduan eta gehiago laguntzen du inguruko .aurrerapenean eta zoriontasunean

Minaren lehen mailako kausa

Ni espiritualaren gorputzarekin eta gogoarekin duen lotura, eta haien bidez gauzatzea, da gure min, muga, murrizketa, gabezia eta gabezia guztien erroa. Konexio honengatik, zirrara eta plazerra bezainbeste bizitzen dugu, hainbestearaino non ez garen gai jainkozko zoriontasuna edo .kontzientzia bizitzeko

Erljioak, bere funtsean, mina behin betiko saihestea eta .zoriontasun hutsa, edo Jainkoarengana iristea dakar Eguzkiaren benetako irudia ur nahasiaren gainazalean argi ikusten ez den bezala, arima espiritualaren benetako

izaera bedekintua (espíritu osoaren isla) ezin da ulertu eta
haren funtsa gorputzaren eta gogoaren egoera aldakor eta
gorabeheratsuekin arimak identifikatzeak sortzen dituen
.nahasmen eta antsietate uhinen bidez atzeman

Eguzkiaren benetako irudia ur irabiatuak
distortsionatzen duen bezala, buru nahasi batek ere
arimaren barne-izaera beti alaia distortsionatzen du
.identifikazio edo asoziazio horren bidez

:Ekialdeko jakinduriaren liburuetan esaten da
Gorputzaren gainetik igo eta arima zarela konturatu"
ahal izango bazina, betiko zorientasuna izango zenuke eta
min guztietatik libre egongo zinateke" {Eta esan: "Jauna,
handitu nazazu ezagutzen"}

{Eta egia jakingo duzue, eta egiak askatuko zaituzte}

Askatasuna autogobernutik dator, ohitura ona da

lagunik onena

Nire irakaslearen, Sri Yuktswarjiren, hitz eraginkorrenak

beti errepikatzen zizkidan hiru hitzak ziren: " Ikasi ondo
portatzen ". Benetan ezin diot esker ona adierazi horregatik,

.badakidalako ez zela beti erraza behar bezala portatzea

Zerbait gainditu behar duzunean, ulertu behar duzu

zergatik gainditu behar duzun. Ez duzu bakarrik utzi eta

urrundu behar, baizik eta horri buruzko pentsamendua

ezabatu eta zure pentsamenduetatik uxatu ere egin behar

duzu. Pentsamendu negatiboa garaitu beharreko etsai

.ikaragarria da

Zentzumen-kontzientziatik espiritualera fokua aldatzen

baduzu, garaipena lortuko duzu eta zorientasuna ekarriko

diozu zeure buruari. Lorpenak gogoan daude. Norberak

galdetu behar dio bere buruari: "Nire zentzumenen esklabo

naiz edo haien nagusia? Bakean aberatsa naiz edo

"?espiritualki pobretua

Ez da gehiegikeriaren biktima bihurtu behar Gozatu

gauzez, baina ez utzi haiek zu esklabo bihurtzen Izan zaitetz

libre Izan zaitetz jator, lagunkoi, alai eta pozik, eta izan zaitetz

zure buruaren jaun egoera guztietan Ez da zentzumenen
esklabo bakarrik izan behar, baizik eta uste sendoen arabera
jokatu behar du Dualtasunak gaintitu eta kontzientzia
kosmikoa lortu nahi duenak autokontrola izan behar du eta
gauza eta egoera guztiak estres psikologikorik edo kezkarik
gabe jasateko trebatu behar du bere burua
Norberak nahi duena egitea ez da askatasuna,
askatasunaren gehiegikeria baizik. Askatasuna
autokontrolaren legea jarraitzetik dator, hau da,
autodiziplinarena. Benetako askatasuna jakinduriak gidatuta
dena egitea da. Askatasuna urria eta azalekoa da
.Jainkoarekiko eta haren legeekiko bat ez badator
Jende gehienaren bizitza desioek, pasioek,
tenperamentuek, ohiturek eta ingurumen- eta gizarte-
eraginek gobernatzen dute
Gorputzeko ohiturek adimena kontrolatzen hasten
direnean, zaila egiten zaio gorputzari borondatearen
aginduak betetzea. Horregatik, obesitatedun pertsonak
zailtasunak dituzte pisua galtzeko, dieta jarraitzen dutenean
ere. Kontziente diren zelulek beren ohiturak sortu dituzte eta
ez diete azkar erantzuten adimenaren aginduei. Hala ere,
behar bezala entrenatzen badira, gogoz beteko dituzte
adimenaren argibideak, goi-mailako botere mentalen
kontraesanik gabe; botere horiek, behar bezala entrenatu
.eta erabiliz gero, gorputza kontrolatzeko gai direnak
Ohitura ona zure lagunik onena da, ohitura txarra,
berriz, etsai mozorrotua. Beraz, kontuz ibili behar da ohitura
edo ekintza bat errepikatzearekin, errepikapenak ekintza bat
ohitura bihurtzen baitu konturatu aurretik ere, eta ohitura
bigarren izaera bihurtzen da. Hala ere, alda daiteke ekintza
on koherenteen eta pentsamendu positibo eta sortzailearen
.bidez

Ordena eta koherentziaren zantzuak nonahi
Lehen pentsalariek gizaki oro materia eta gogoaren
nahasketa dela behaketan oinarrituta arrazoitu zuten, eta

behaketa horren ondorioz bi indar independenteren

.existentzia sinesten zuten: natura eta gogo

Orduan hasi ziren galdetzen: "Zergatik dago naturan dena modu jakin batean antolatuta? Zergatik ez da pertsona baten beso bat bestea baino luzeagoa? Eta zergatik ez dira izarrak eta planetak espazioan talka egiten? Unibertsoan ordena eta koherentzia zantzuak ikusten ditugu edozein .lekutan begiratzen dugu

Premisa honetatik abiatuta, ondorioztatu zuten adimena eta materia ezin direla bereizita egon eta, aldi berean, bakoitzaren gaineko subiranotasun absolutua izan, dena .kontrolatzen duen adimen bakarra egon behar baita Ondorio honek, modu naturalean, materiaren eta gogoaren kausa eta jatorria den Jainko bakarraren ideiarra garamatza, haien bidez eta haien gaineratik existitzen dena. Jakinduria absolutua lortzen duenak ulertzen du dena, bere funtsean, espiritua dela, nahiz eta espiritu hori itxuraz .estalita eta ikusmenetik ezkutatuta egon

Ezagutza espirituala dutenek Jainkoaren argia nonahi agerian ikusten dute

Galdera da: nola aurkitu zuten ikertzaileek lehenik eta ?behin

Lehen urrats gisa, begiak itxi zituzten munduarekin eta materiarekin zuzeneko kontaktua ezabatzeko, munduaren eta materiaren atzean dagoen gogo unibertsala ezagutzera .arreta osoa jarri ahal izateko

Intuitiboki ulertu zuten ezin zutela jainkozko presentzia naturan hauteman bost zentzumenen pertzepzio arrunten bidez. Horregatik, haren presentzia beren baitan sentitzeko .modu bat bilatu zuten, sakon eta zehatz-mehatz fokatuz Azkenean, bost zentzumenen ate eta bide guztiak ixtea

eta ixtea lortu zuten, aldi baterako kontzientzia materialarekiko guztiz independente bihurtuz. Orduan, espirituaren barne-mundua agertzen hasi zitzairen eta haien aurrean irekitzen hasi zen. Nekaezin beren ikerketa

esoterikoa jarraitu zuten pertsona handi horientzat, Jainkoa
.azkenean agertu zen

Jarri Jainkoaren indarra zure ahaleginen atzean
Askatu zure barne indarra helburu eraikitzaile eta
onuragarrietarako, eta gehiago lortuko duzu. Jarraitu
erabakitasun irmoarekin, arrakastarako elementu guztiak
erabiliz. Lerrokatu zeure burua zure espiritu sortzailearen
boterearekin, eta konektatuko zara inspiratzeko eta zure
arazo guztiak konpontzeko gai den gogo infinituarekin.
Boterea etengabe isuriko zaizu zure izaki espiritualaren iturri
ahaltsutik, bizitzako arlo guztietan lorpen eta berrikuntza
.bikainak lortzeko aukera emanaz

Edozein erabaki garrantzitsu hartu aurretik, eseri lasai
eta bilatu Jainkoaren laguntza eta bedeinkapena. Orduan
konturatuko zara zure indarraren atzean Jainkoaren indarra
dagoela, zure gogoaren atzean Jainkoaren gogo dagoela
eta zure borondatearen atzean Jainkoaren nahia dagoela.
Jainkoa zurekin lanean ari den bitartean, zure ahaleginak ez
dira alferrikakoak izango, ezta huts egingo ere; aitzitik, zure
indarra biderkatuko da eta zure gaitasunak handituko dira.

Eta Jainkoaren zerbitzura zure zereginak betetzen
.dituzunean, haren bedeinkapenak jasoko dituzu
Bizitzako zure lana apala bada, ez eskatu barkamenik
horregatik. Harro egon Jainkoak zuri eman dizkizun
betebeharrak betetzen ari zarelaz. Jainkoak nahi du zure
eginkizuna ahalik eta ondoen betetzea. Ezin du denek zuk
egiten duzun rol bera bete. Jainkoa atsegin emateko lan
egiten duzun bitartean, unibertso indar guztiek harmonian
.lan egingo dute zure zoriontasun eta ongizaterako
Jainkoari beste edozeren gainerik nahi duzula
baieztatzen diozunean, haren nahiarekin lerrokatuko zara.
Eta etengabe bilatzen duzunean, zure bidean dauden
oztopoak gorabehera, zure giza borondatea ondoen
erabiltzen ari zara, eta antzinako jakintsuek eta benetako

arrakasta lortu duten guztiek ezagutzen duten arrakastaren
.legea ere erabiltzen ari zara

Kosmosaren botere sakratua zure zerbitzura dago,
betiere ahalegin handia egiten baduzu botere bedeinkatu
hori erabiltzeko osasuna, zoriontasuna eta bakea lortzeko.
Helburu noble hauek lortuz, autoezagutzaren bidea hartuko
.duzu Jainkoarengan duzun benetako etxerantz

Zoriontasuna arrakastaren neurria da
Lehenik eta behin, ziurtatu behar duzu lortu nahi duzun
helburua ahalegintzea merezi duela eta lortzea benetako
.arrakastatzat hartu behar dela

Zer da arrakasta? Osasuna eta aberastasuna badituzu,
baina guztiekin (eta zure buruarekin ere) arazoak badituzu,
zure bizitza ez da arrakastatsua izango Mundua ilun eta
bizitza antzu bihurtzen da zoriontasuna aurkitzen ez baduzu
Dirua galtzen duzunean, zerbait txikia galtzen duzu Osasuna
galtzen duzunean, zerbait garrantzitsuagoa galtzen duzu
Baina bakea eta lasaitasuna galtzen dituzunean, bizitzako
altxor preziatuenak galtzen dituzu

Beraz, arrakasta zoriontasun estandarren arabera
neurtu behar da, lege unibertsalekin lerrokatzeko eta
harmonizatzeke gaitasunaren arabera. Arrakasta ez da
osasuna, estatusa eta boterea bezalako munduko
estandarren arabera neurtzen. Gauza hauek berez ez dute
zoriontasunik ekartzen behar bezala erabiltzen ez badira.

Horretarako, jakinduria eta Jainkoarenganako eta
.gizateriarekiko maitasuna izan behar dira

Jainkoak eman dizu zeure burua saritzeko edo
zigortzeko boterea, zure gogoa eta borondatea erabiliz edo
gaizki erabiliz. Osasunaren, oparotasunaren eta
jakinduriaren legeak hausten badituzu, ezinbestean
gaixotasuna, pobrezia eta ezjakintasuna jasango dituzu.

Beraz, zure gogoa indartu behar duzu eta iraganeko
urteetako pilatutako zama psikologiko eta moralak
eramateari uko egin. Erre pila higatu horiek zure egungo

erabaki bedeinkatuen eta jarduera eraikitzaileen sutan, eta
.askatasunaren horizonteetara iritsiko zara
Zoriontasuna -neurri batean- kanpoko egoeren
araberakoa da, baina batez ere norberaren gogo-egoeraren
araberakoa da. Zoriontsu izateko, osasun ona, gogo
orekatua, bizitza oparoa, lan egokia, bihotz esker onekoa
eta, batez ere, Jainkoaren jakinduria eta ezagutza izan behar
.ditu

Zoriontsu izateko erabaki sendoak izugarri lagunduko
dizu. Ez espero zure egoerak aldatzea, zure arazoak beste
nonbait daudela uste baituzu oker. Ez utzi zorigaiztoa
hausteko zaila den ohitura errotu bihurtzea, zuri eta
.ingurukoei min psikologikoa eragiten diena
Zuretzat eta besteentzat bedeinkapen handienetako bat
zoriontsu eta baikorra izatea da. Zoriontasuna baduzu, dena
lortu duzu. Zoriontasunak Jainkoarekin harmonian egotea
esan nahi du, eta meditazioak zoriontasuna lortzeko
.gaitasuna ematen du

Buruko ohiturak: Arrakasta bizkortzea edo atzeratzea
Pertsona baten ohiturek arrakasta bizkortzeko edo
atzeratzeko ahalmena dute. Ez dira inspirazio iheskorak edo
ideia bikainak, baizik eta pertsona baten eguneroko ohitura
.mentalak bere bizitzaren norabidea zehazten dutenak
Ohitura mentalak iman mental baten antzekoak dira,
gauza, pertsona eta egoera jakin batzuk erakartzen
dituztenak. Ohitura mental onek aukera onuragarriak eta
onuragarriak erakartzeko aukera ematen dizute, eta ohitura
mental txarrek, berriz, joera mundialak eta egoera
.desegokiak dituztenengana hurbiltzen zaituzte
Ohitura txarrak neutralizatu eta haien indarra ahuldu
dezakezu, haiek eragin edo berpiztu ditzakeen edozer
saihestuz, etengabe haiengan arreta jarri gabe. Ondoren,
zuzendu zure pentsamenduak ohitura on batera eta garatu
etengabe, zure bizitzako zati garrantzitsu bihurtu arte, fidatu
.eta fidatu zaitezkeen arte

Gure baitan, bi indar kontrajarri daude etengabeko
gatazkan: batek ez genukeena egitera bultzatzen gaitu, eta
bestek egin behar duguna egitera bultzatzen gaitu,
zailagoa iruditu arren. Lehenengo ahotsa gaizkiaren ahotsa
.da, bigarrena onaren ahotsa edo Jainkoarena
Eguneroko ikasgai gogorren bidez argi ikusiko duzu
ohitura txarrek amaigabeko desio materialen zuhaitza
elikatzen dutela, eta ohitura onak, berriz, itxaropen eta nahi
.espiritual handien zuhaitza
Zure ahaleginak gero eta gehiago bideratu behar dituzu
bedeinkatutako zuhaitz espiritualaren garapen egokian,
egunen batean autoezagutzaren fruitu gozo eta helduak jaso
.ahal izateko
Ohitura txar guztietatik askatzen bazara, eta gauza on
eta noble guztiak nobleziaren eta adeitasunaren
maitasunagatik egiten badituzu, eta ez gaizkiak tristura eta
damua ekartzen duelako, orduan espirituz haziko zara eta
.bidean aurrera egingo duzu
Libre izango zara zure ohitura txarrak borondatez eta
nahita uzten dituzunean. Libre izango zara jaun bihurtzen
zarenean bakarrik, zure sentimenduak, pentsamenduak eta
borondatea egin behar dena egiteko gai zarenean, zure
desioen aurka joan arren. Autokontrolaren eta
automenperatzearen botere horretan daude betiko
.askatasunaren haziak
Orain arte arrakastaren hainbat ezaugarri garrantzitsu
aipatu ditut: pentsamendu positiboa, borondatea,
psikoanalisi, ekimena eta autodiziplina. Liburu askok
ezaugarri horietako bat edo gehiago azpimarratzen dituzte,
baina ez dute faktore horien azpian dagoen jainkozko
boterea aitortzen. Jainkozko borondatearekin lerrokatzea da
.arrakasta lortzeko elementurik garrantzitsuena
Jainkoaren nahia lurra eta bertan dagoen guztia, eta
unibertsoa eta bertan dagoen guztia mugitzen dituen indarra
da. Jainkoaren nahia da izarrak espazioan bultzatzen

dituena, eta haren nahia da planetak beren orbitetan
mantentzen dituena eta bizitza forma guztien jaiotza,
.hazkuntza eta gainbehera zikloak erregulatzen dituena
.Irrikaren txingarrak

Ai, Jauna

Nire irrika txingarrak betiko erre daitezela zure
presentzia bedeinkatuan

Jainko maitea, lurreko ahanzturaren lokatzetik nire
maitasunaren lotoa atera eta harekin apaindu zure oroimen
.beti ernearen bularra

Zeruko santutegian, zure aurrean ahuspeztzen naiz, ene
Jainkoa

Zure ahotsa entzun nuen arrosen usainan
Eta zure samurtasuna sumatu nuen lilien fintasunean
Eta nire irrikaren xuxurla batean, zure maitasuna izan
zen erantzuna

Badakit Jainkoa kontenplazioaren eta pertzepzio
ziurraren bidez ezagutu daitekeela, baina ez gogo nahasi eta
.kezkatu baten bidez

Begiak irekiko ditut kontenplazioaren zoriontasunari eta
ikusiko dut iluntasun guztia desagertu dela. Meditazioaren
hormen atzean ezkutatuta dagoen jainkozko bakearen
putzuan murgilduko naiz, eta nire barne izatea
kontenplazioaren bidez garbituko dut, kanpoko eragin
kontrajarriek usteldu ez dezaten. Eta egun bakoitza
.Ahalguztidunaren kontenplazioarekin agurtuko dut
Isiltasunaren santutegian, zure bakearen aldarea
aurkitzen dut

Eta bakearen aldarean aurkitzen dut zure etengabe
berritzen ari den poza

Entzun dezadan zure ahotsa, Jauna, meditazioaren
kobazuloan, eta orduan aurkituko dut betiko zeruko zoriona
nire baitan. Bakeak beteko du nire bihotza eta zabalduko du
.nire izatea, bai geldirik nagoenean, bai lanean ari naizenean

Zeruko kupulako izar distiratsu eta keinukari oro, eta
 ,pentsamendu garbi eta garbi oro
 Ekintza noble eta balentria eder oro leiho bat izango da,
 .eta bertatik begiratuko dizut, ene Jainko maitea
 Buruko arreta osoz eta irrika amaigabearekin, nire
 kontzientzia begi espiritualaren bidez (bekainen artean)
 .bidaliko dut betikotasunaren erreinura
 Nire arima gorputzaren gatibutasunetik askatuko dut
 eta espirituaren itsaso handiagoarekin nahastuko dut
 .Psikoanalisiaren beharra
 Arrakastaren beste sekretu bat psikoanalisia da.
 Introspektzioa ispilu bat da, non zure gogoaren sakontasun
 ezkutuak ikus ditzakezun, bestela ezkutuan egongo
 .liratekeenak
 Identifikatu zure hutsuneak eta sailkatu zure joera eta
 joera onak eta txarrak
 Erabili autoanalisia non zauden orain ulertzeko, zer lortu
 nahi duzun eta zer oztopo dauden zure bidean. Definitu zure
 .benetako lana eta ulertu zure bizitzako helburua
 Saiatu benetako eta noble izaera baten ezaugarri
 guztiak lantzen, kapritxo eta desioen zamarik gabe. Zure
 gogoa Jainkoarekin lerrokatuta eta harmonian mantenduz,
 azkar, seguru eta konfiantzaz aurrera egingo duzu nahi
 duzun helbururako bidean. Zure azken helburua
 Jainkoarenganako bidea aurkitzea da. Baina mundu honetan
 bete beharreko betebeharrak eta erantzukizunak ere
 .badaude
 Lur honetan ezezagun gisa agertzen gara, eta Jainkoa
 maite dugunean bakarrik bihurtzen gara anai-arrebak
 Borondateak eta ekimenak bata bestearen atzetik zure
 konpromisoak definitzen eta bete-betean betetzen
 lagunduko dizute. Zer da ekimena? Zure baitako sormen-
 gaitasun bat da: Sortzaile infinituaren txinparta bat, inork
 inoiz sortu ez duen zerbait sortzeko ahalmena eman
 diezazukeena. Gauzak modu berri eta sortzaileetan egitera

motibatzen zaitu. Ekimen-gogoa duen pertsona baten lorpenak izar iheskor bat bezain liluragarriak eta harrigarriak izan daitezke. Itxuraz ezerezetik zerbait sortuz, ezinezkoa dirudiena posible dela erakusten dute gizateriak sormen-espíritu gorenaren indarra aprobetxatzen duenean. Ekimenak eta berrikuntzak zure kabuz zutik egoteko aukera ematen dizute, libre eta independente, eta arrakastaren .ezaugarrien artean daude

Arrakasta Ideien Alerta

Demagun orain arte huts egin duzula, ergela da borrokatzeari uztea eta porrota patutzat hartzea. Hobe da borrokan hiltzea ahalegina egiteari uztea baino, gehiago lor daitekeen bitartean, norberaren ahaleginak bizitza berri batean jarraituko baitute heriotzaren ondoren .ere

Arrakasta eta porrota iraganean egin duzunaren eta orain egiten ari zarenaren ondorio hutsak dira. Beraz, iraganeko esperientzietatik arrakasta pentsamenduak elikatu eta energia eman behar diezu, zure egungo bizitzan .porrot pentsamenduak kontrolatu ahal izateko

Pertsona arrakastatsu batek dituen zailtasunak eta arazoak pertsona arrakastatsu batek dituenak baino handiagoak izan daitezke. Hala ere, lehenengoek porrotaren ideia erabat eta etengabe baztertzen entrenatu zuten beren .burua

Frustraziotik eta etsipenetik garaipenera eta garaipenera aldatu behar duzu zure gogoa; kezkatik lasaitasunera; nahasmen intelektualetik eta antsietatetik foku mentalera; kaosetik eta nahasmendutik bakera; eta baketik zoriontasun espiritual sakratura. Autoezagutza hau duzunean, zure bizitzaren helburua arrakastaz koroatuta .egongo da eta loriaz lortuko duzu, Jainkoaren laguntzarekin .Pentsamenduaren indarra

Arrakasta edo porrota erakusten duzu zure ohiko .pentsamenduaren kalitatearen eta izaeraren arabera

Zer da indartsuagoa zure bizitzan: arrakasta
?pentsamenduak ala porrot pentsamenduak
Zure pentsamendua gehienbat negatiboa bada,
noizbehinkako pentsamendu positiboak ez dira nahikoak
izango arrakasta erakartzeko. Baina zintzotasunez
pentsatzen baduzu, bilatzen ari zarena aurkituko duzu eta
zure helburua lortuko duzu, ilunpez inguratuta sentitzen
.bazara ere
Zu bakarrik zara zure buruaren arduraduna. Inork ez
dizu erantzunik emango edo konturik ordainduko zure
izenean Judizio Egunean. Zure ekintzek (zure iraganeko
ekintzen emaitzak) munduan duzun lana pertsona bakar
batek egin dezake: zuk. Eta zure lana arrakastatsutzat jotzen
.da zure kideari nolabait balio dionean bakarrik
Ez gelditu arazo batean ere eta ez jarraitu horri buruz
pentsatzen. Utzi gauzak denbora batez atsedean hartzen, eta
agian bere kabuz konponduko dira. Baina ez utzi hainbeste
atseden hartzen, bereizteko gaitasuna galtzeko moduan.
Horren ordeaz, erabili atsedeenaldi hauek zure hausnarketa
sakontzeko eta zure baitan lasaitasuna lortzeko. Zure
buruarekin harmonian zaudenean, egiten duzun guztiari
buruz argi pentsatu ahal izango duzu. Zure pentsamenduak
alde batera edo bestera badabiltza ere, bildu eta berriro
lerrokatu ahal izango dituzu. Harmonian egoteko gaitasun
bedeinkatu hau ahaleginaren eta praktikaren bidez lor
.daiteke

Ama, Paramhansa irakaslearen arabera
Amaren Egunean eman zuen hitzaldia
Egun hau pentsamendu on gisa eraman dezagun, beren
seme-alabak adeitasunez eta maitasunez hazi dituzten ama
.on guztientzat

Amaren maitasuna ez zitzaigun eman arintasunez eta
axolagabekeriaz hondatzeko, baizik eta gure bihotzetan
samurtasuna pizteko, besteen bihotzak adeitasunez
leuntzeko eta arima nekatuak munduko kezka eta

mugapenetatik askatzeko. Tragedian eta atsekabeen itota
daudenek, zorigaitz eta zailtasun ugari jasaten dituztenek,
gure ulermen leunaren eta enpatia errukitsuaren beharrean
.daude

Nire amarekiko maitasun handiaren bidez jaso nuen nire
argitasun espirituala; amarekiko maitasun zintzoa izan zen
Jainkoarekiko maitasun gero eta handiagoaren arrazoi
nagusia, maitasun horrek bultzatu baininduen bere iturri
garbia bilatzera, eta Jainkoarengan aurkitu nuen, ontasun
.eta bertute guztien iturrian

Ama bat aita baino samurragoa eta barkatzaileagoa da.

Ama Jainkoaren maitasun baldintzagabearen adibiderik
garbiena da. Jainkoak amak sortu zituen gureganako
.maitasuna adierazteko, arrazoiarekin edo arrazoirik gabe
Emakumea amatasun unibertsalaren giza
adierazpentzat hartzen dut, eta gehien miresten dudana
bere benetako ama-maitasuna da. Emakumearengan
edertasun espirituala eta esanahi gorena hautematen
dutenak sentimendu nobleek esnatzen dituzte eta inspirazio-
eremu zabaletara irekita aurkitzen dituzte beren burua.
Maitasun unibertsalak emakumea estimuz eta errespetuz
ikusten duen eta adeitasunez eta ohorez tratatzen duen
.edonoren bihotza zeharkatzen du

Jainkoak bere maitasuna amen bihotzetan txertatu ez
balu, ezingo lituzkete beren seme-alabak maitatu. Hala ere,
meritua ere zor zaie maitasun hori nola isurtzen den.
Pertsona handi guztiek maitasun handia erakutsi diete beren
.amei

Etxea argiz, pozez eta bedeinkapenez betetzen da
amaren presentziari esker. Amaren maitasunarenugarra
.beti piztuta mantendu dezagun gure bihotzetan

Eta agurra munduko ama zintzo guztiei
Eta adeitasunez tratatzen dituzten guztiei
Haien omenez eta haien meritua aitortuz

Sakoneko xuxurlak

Paramhansa Yogananda maisua

Itzulpena: Mahmoud Masoud

Luzaroan egon naiz Zure sorkuntzaren ohean, iraganean, orainean eta etorkizunean, eta ni — betierekotasunaren seme-alaba— antsietatea eta asaldura sentitu nintzen. Behin eta berriz borrokatu nintzen, baina alferrik, azkenean ohetik jauzi egitea lortu nuen arte, erlatibitate engainagarriaren hesiek inguratuta. Zure eskuetan hartu eta betiko bakearen doinuekin sehaskatu ninduzun. Betierekoaren seme-alaba naiz —Zure betierekotasuna— eta nire burua zure izaki guztiz inguratzailearen magalean jartzen dut.

Ez kezkatu, seme.

Une zail batean, zure ahotsa entzun nuen esaten: "Nire babesaren eguzkiak berdin distira egiten du zure ordurik distiratsuenetan zein ilunenetan".

Ez kezkatu, seme, baina izan fedea eta irribarre egin! Tristura bidegabekeria baita arimaren izaera bedeinkatuarentzat. Utzi nire sendatzeko argia zure irribarre distiratsuen bidez distira egiten. Zure zoriontasunak, seme, poza eta asebetetzea ekartzen dizkit.

Ondo pasa zurekin.

Bizitza amaigabeetan, zurekin jolastu eta melodia amaigabeak abestu ditut. Oraindik gogoratzen dut zure besarkada beroa etxera itzultzen nintzenean —zuregana—, mendeetako absentziaren ondoren, agur-hotsa batek hartzen ninduen. Eta hemen nago berriro, zure betiko presentzian, zurekin jolasten eta barre egiten, nire betiko maitasunaren abestiak abesten dizkizut.

Ez nire borondatearen aurka, Heriotza

Ez naute lurretik indarrez aterako nire borondatearen aurka, bere parekoengandik ateratako iheslari bat bezala. Jainkoa maite dut, eta Hark ni maite nau; eta azken aldiz alde egiten dudanean, denboraren eszenatokian rol hau beteta izango dut —Jainkoak bere drama kosmikoaren jarraipen gisa jokatzeari nahi zuen ekintza hau—. Bizitzaren dramaren nire papera betetzean, irribarre egingo dut eta negar egingo dut: pozik nahiak betetzeagatik eta atsekabetuta itxaropenak hautsitzegatik. Baina nire papera betetzean, neketsua eta nekagarria izan arren, lurreko eszenatokia bihotz irribarretsu batekin utziko dut. Denbora batez atsedean hartuko dut ama kosmikoaren besarkadan, bere zoriontasunean murgilduta, eta gero lurrera itzuliko naiz, ez gehiago engainuaren lorategian arduragabetasunez landatutako desio zaharrek erakarrita, baizik eta bere eskaera leun eta atseginari erantzunez.

Loto maitekorra

Nire gogoaren erlea Zure bihotz maiteko lotoan murgilduta dago, Jauna, eta bertatik Zure maitasun samurren nektarra edaten dut Nire erle espiritual honek Zure usain gozoa darioten loreak bakarrik biltzen ditu Plazer sentzualen eztia kendu eta irudimenaren lorategi antzuen gainetik hegan egin nuen, azkenean Zure argi sakratuaren lotoa aurkitu nuen arte Zure erlea nintzen enkarnazioen zelaietan ibiltzen, loreen usainak esperientzia amaigabeetara erakarrita Baina orain nire ibiltzeari utzi diot, Zure usain bedeinkatuak nire arimaren egarria asetu baitu edozein lurrin edo usain gozoren irrika sutsua.

Engainuaren basoa sutan dago

Bakarrik eta deprimituta sentitu nintzen ilusio eta engainuaren basoan, beraz, autodiziplina sorta piztu nituen, baina sua poliki erretzen zen eta sugarrik gabe bihotzaren sakonetik otoitz egin nuen, eta zu etorri zitzaidan, Jauna, eta

nire ahulezia batzuk piztu zenituen, eta garrak azkar hedatu ziren akatsen sastraka lehor eta sastraka artean. Gero, desioen zuhaixka arantzatsuetara iritsi eta harrotasunaren eta arrogaren zuhaitz garaiak ukitu zituzten. Zure argiaren mihiek nire ezjakintasunaren oihan zabalak kontsumitu eta errauts bihurtu zituzten. Eskerrak ematen dizkizut, Jainkozko Erretzaile! Eta zure zerbitzariak zuregana jo dezatela erregu eta otoitzetan berehalako laguntza eta sendatze azkarra eskatzeko.

Zure benetako abestia

Zu entzuteko, Aingeru Zaindaria, nire barne-ikuspegiaren irratia sintonizatu dut maitasunaren ukitu leunekin. Askotan, meditazioan, zuregandik hurbil dauden zure santuen melodia gozoenak entzun ditut: sinfonia espiritual sublimak, nire bihotzetik jaiotako konposizioak eta zureganako antzinako irrika melodikoaren abestia. Pazientziaz eta lasaitasunez, nire sentimendu sakonenen instrumentua sintonizatu dut, eta logura nire betazalak astuntzen zituenean eta loak hartzear nengoenean, zure benetako abestia isuri zen nire baitan. Eta orain zure melodia alaien oihartzun extatikoak zabaltzen ditut eta nire ahotsa gehitzen diot zure debotoen koruari, ereserkiak gero eta sutuagoak izan daitezen eta irrika eta irrika areagotu daitezen.

Arimen itsasoan igeri egingo dut

Zurekin bat eginez, Espiritu Guztia Betetzen Duzunarekin, bizitza kosmikoaren pulsu bera bihurtuko naiz Arimen itsasoan flotatuko dut Giza emozio sakratuen olatuetan dantzatuko dut eta guztiak poz bedeinkatuz beteko ditut Zeruko Himalaiatik, helburu gorenaren uholde unibertsal bat askatuko dut Besteekiko errukiaz isuritako malko bakoitza izango naiz Santuen urrezko isiltasunean eta

gogo arrosa kolorekoen itxaropen loratuetan egongo naiz Oi,
Desioen Betetzaile leial!

Nire txinparta betierekoa zure argi infinituarekin
nahasten denean, begi guztietan distira egingo dut

Bakea izan bedi zurekin

Xuxurla eta ikuspegi berriak

Bizitzako udako egunetan
Emozioaren nektarra biltzen dut
Bertute gozoen loreetatik
Arima onen lorategietan hazten
Eta bihotzean gorde nuen esentzia distilatua
Tolerantziaren lore gorenetatik
Eta apaltasunaren kimuak beren usain leunarekin
Eta loto ideia samurren lore arraroak
Eta negu hotzeko esperientzien elurrak nire inguruan
erortzen direnean
Eta lurreko banantze mingarria
Beroa eta lasaitasuna bilatzen ditut
Nire bihotzeko zelulan gordetako nektarrean
Zelula bedeinkatu horretan, zure presentzian
Askotan aurkitzen dut erle jainkotiarra
Nire zahartutako irriken gozotasuna edan
Lasaitua, pozik eta eroso sentitzen naiz
Zoriontasun ur-jauziak izango naiz
Nire poza etengabeko jarioan oihartzun egiten du
Non uholde indartsuak eramaten duen
Besteen atsekabe eta kez karen zama astunak
Abiadura izugarrian joango naiz
Espazio amaigabeen gaineratik
.Arima sufritzaileetatik
Bere beldurrak uxatzeko
Eta bere arazoak ezabatuko ditut
Tximista bat izango naiz

.Gau ilunean
.Itxura bikaina izateko
Zure edertasuna, antzinatik ezkutatuta
Begi ikusezinen iluntasunaren atzean
Ilargi izpi distiratsuak izango naiz
Lurraren aurpegitik iluntasuna uxatzen
Argi izpiak izango naiz
Iluntasun ezkutuaren uxadorea
Giza pentsamenduaren bazterretan
Zure graziaz, Jauna
Silashy, jakinduriaren bat-bateko distira
Aro eta mendeetan zehar pilatutako akatsak
Maitasunak ariman sortzen duen gogobetetasuna ez
datza sentimenduan bertan
Baina sentimendu horrek dakarren poztasunean baizik
Maitasunak poza ekartzen duelako
Maitasuna maite dugu zoriontasun izugarria ematen
digulako
Maitasuna ez da helburua; zoriontasuna da helburua
Jainkoa betiereko eta etengabe berritzen den
zoriontasuna da
Eta arimaren izaera ere hala da, horregatik abestu zuten
mistikoek
Egia hau bizi izan eta poz espiritual hori dastatu
:dutenak
Poztasunetik etorri ginen, pozik bizi gara eta gure"
"izatea flotatzen da
Eta poz kosmikora itzuliko gara, zoriontasun horretan
"urtzeko egunen batean
Maitasuna eta errukia bezalako sentimendu noble
guztiak
Ausardia, sakrifizioa eta apaltasuna ez dute zentzurik
pozarik gabe
Pozak alaitasuna esan nahi du, eta zoriontasun
gorenaren adierazpena da

Edo gogobetetasun handiena
} {Eta zure Jaunak emango dizu, eta asetuko zara}
{Poztu eta poztu zaitez
Poza kanpoko zenbait zirkunstantzien ondorioz sor
daitekeen arren
Baina bere funtsean, ez dago baldintzapean
Askotan baldintza materialik gabe agertzen da
Batzuetan goizean esna zaitezke
Pozez hegan egitear zaudela sentitzen duzu
Eta meditazioaren lasaitasunean esertzen zarenean,
poza taupadaka hasten da zure baitan
Kanpoko alarmarik gabe esnatu gabe
Arimaren poza paregabea da
Baina poza zenbait egoerari lotuta dagoenean
Ez da egoera berberetatik sortzen
Izan ere, egoera horiek poza bizitzeko bide gisa balio
izan zuten
Hasieran ariman ezkutatuta zegoena, pikotxa bat bezala
zulatu nuen arimaren lurzoruan
Eta poz iturri bat askatu zen gizakiaren baitan
ezkutatuta dagoen zoriontasun urtegitik
Beraz, giza esperientzian, beharra sortzen da normalean
Barruko poz ezkutu hori ateratzeko ekitaldi batzuetara
Maitasuna ere arimaren izaerakoa da, baina pozaren
menpe dago
Ez dago maitasunik zorionik gabe
.Pentsa al daiteke maitasunaz poza gabe? Noski ezetz
Maitasun erantzungabeak dakarren minaz hitz egiten
dugunean
Betetzen ez den irrika bati buruz ari gara
Baina maitasunaren benetako esperientzia beti
pozarekin batera dator
Nire gogoan erle bat da, hegan egiten du
Nire bihotzeko lorategi isolatura
Nire maitasunaren haizeak kulunkatzen duena

Ihintz perlekin apaindua, zure gozotasuna
Lili zoragarriak hazi ditut zuretzat
.Bereizkeria espiritualetik
eta nartziso horiak
Nire damuaren malkoak xurgatzeko
Eta bioleta delikatuak, apaltasunaren ametsetan
Eta nire bihotza zabalik dago arimaren pertzepzioei
Nire pentsamenduen zuhaitzak eskaintzen dizkizut
Erregu usaintsuen fruitu gozoak
Adar samur eta ihintzez egindako esku xumeekin
Eta nire bihotzeko lorategian
Nire pentsamenduak erle baten antzekoak dira nire
inguruan, zurrumurruka
Zuretzako nektar eskaintza puruen artean mozkortuta
Mundu osoak ahaztu du "maitasuna" hitzaren benetako
.esanahia
Maitasuna gaizki erabili eta hainbeste jendek urratu du
bihotza, ezen jende gutxi batzuek baino ez dakite
.maitasunaren esanahia
Oliba baten atal guztietan olioak aurkitzen den bezala,
maitasunak sorkuntzaren txoko guztiak zeharkatzen ditu.
Baina maitasuna oso zaila da definitzen, laranja baten
zaporea hitzez deskribatu ezin den arrazoi beragatik; fruitua
dastatu behar da bere zaporea ezagutzeko. Gauza bera
.gertatzen da maitasunarekin
Guztiok bizi izan duzue maitasuna nolabait zuen
bihotzetan, eta, beraz, baduzue ideia bat haren izaeraz.
Baina jendeak, oro har, ez daki nola landu, garbitu eta
.zabaltu maitasuna jainkozko maitasunera iristeko
Bizitzaren hasieran jainkozko maitasunaren txinparta
bat dago bihotz gehienetan, baina normalean galtzen da,
.pertsonak ez dakielako nola elikatu
Jende gehienak uste du ez dagoela maitasunaren izaera
aztertzeko beharrik. Maitasuna ezagutzen dute senideekiko,
lagunekiko eta oso erakarrita dauden besteekiko sentitzen

duten sentimendu gisa. Baina maitasuna askoz gehiago da
.hori baino

Benetako maitasuna deskribatzeko modu bakarra bere
eragina deskribatzea da. Pertsona batek jainkozko maitasun
.izpi bat sentituko balu

Poztasun uholde batek gainezka egin zion, eta poza
.edukitzeko zuen gaitasuna gainditu zuen

Ongia egiteko eta besteak laguntzeko sendoak izan
behar dugu. Bere buruaz eta bere familiaz bakarrik
arduratzen den pertsona batek ez du zoriontasun handirik
aurkituko, eta sufritzen ari den beste norbaitengan
pentsatzen ez badu, beharrean daudenei laguntza eskua
luzatzean ariman sortzen den poza kentzen dio bere buruari.

Ondorioz, zoriontasun ontzia txikia izango da eta edukia
.osatu gabea

Diruak, niretzat, gauza bat esan nahi du: ongia egiteko
.eta besteei laguntzeko erabiltzea

Gutxi dira mundu honetan, zugarako errespetuz eta ez
beste inolako helburuagatik zurekin adiskidetasuna egiteko
.prest daudenak, zintzoak, zintzoak eta prest daudenak

Lagun leial hauek dira munduko poza, eta benetako
adiskidetasuna mundu honetako edozein aberastasun baino
handiagoa da

Jendearekin harremanetan zintzoa denak Jainkoa
aurkituko du. Eta bihotzean maitasuna duenak besteak
benetan ezagutuko ditu, kristalezko kristalezko argi baten
bidez ikusten den bezala eta barruan dagoena hautematen
duen bezala. Besteen ezagutza mota hau Jainkoa maitatzetik
.eta besteak maitasun berarekin maitatzetik dator

Milioi bat pertsona liluratzen dituzte loaldian zehar
garatzen diren subkontzientearen mirariak. Baina egoera
altuago batean, nahi duzuna ikus edo jakin dezakezu, ez
.irudimenaren bidez, errealitatearen bidez baizik

Aulki honetan eseri eta edozein lekutara jo dezaket nire
burua, eta leku horretan zer gertatzen den zehatz-mehatz
.ikusi

Batzuetan dizipuluak subkontzientean bizi dira, eta
batzuetan kontzientzia handiago batera igotzen dira. Eta
gutxi batzuk daude kontzientzia handiago batera igaro eta
kontzientzia kosmikoa lortzeko gai direnak: jainkozko
.espirituaren erreinua, jatorririk edo kausarik ez duena
Kontzientzia espiritual hutsaren egoeran, bilatzaileak ez
du gauzak aldezturik imajinatu beharrik horiek bizitzeko.
Kontzientzia kosmikoarekin bat egiten dutenean, haien
kontzientzia zabalduta eta existentziaren atomo bakoitzarekin
bat egiten du, eta unibertso osoaren eta izaki guztien
kontziente bihurtzen dira. Esperientzia hau kontzientziaren
.luzapen bat da, amaierarik gabe
Kontzientzia hori bizi duenak belar-zuntzetan eta mendi-
tontorretan existitzen dela sentitzen du, eta bere gorputzeko
.zelula bakoitza eta espazioko atomo bakoitza sentitzen ditu
Gorputz txiki bat zarela uste al duzu, zure baitan mundu
!handiagoa dagoenean

Baina kontzientzia kosmikoa hortik haratago ere
badago. Bilatzaileak haien presentzia existentzia osoan
sumatu dezakeenean, zoriontasun infinitua eta jainkozko
.maitasun handiena bizi ditu
Eta zure maitasunaz nire zentzumenak lanean ari dira,}
{zure edertasunaz nire izaki guztiak betetzen diren bezala
Jainkozko kontzientziaren omnipresentziarekin bat
egiten du
Beraz, izan itxaropen onak Jainkoarengandik eta itxaron
!haren faborea. Ez etsi zure helburua lortzeaz
Pertsona batek ezin du Jainkoarekin egon argitasun
.espirituala lortu duela pentsatuz soilik
Norbere burua hobetzea eta moralaren fintzea
ezinbesteko baldintzak dira maila altuagoetara iristeko

Apaltasunaren, jakinduriaren, zintzotasunaren, izaera .

bertutetsuaren eta bihotzeko irrika bidez bakarrik ezagu
.daiteke

Pertsona apala Jainkoa ezagutzen duena eta Jainkoak
ezagutzen duena da

Kontzientzia kosmikoan sakontzen dutenek gaitasun
espiritual apartekoak eta indar naturalen gaineko kontrola
garatzen dituzte naturalki. Hala ere, benetako kontzientzia
jainkotiarra lortzen duen inork ez du bere botereak
harrotzeko eta erakusteko erabiltzen, jakinduriarik edo
.zuhurtziarik gabe

Jende jakitsuak konturatzen da Jainkoa dela
existentzian dagoen eragile bakarra eta apaltasunez
itzultzen dizkio berak fabore eman dizkien dohain
.apartekoak

Ez al da existitzen den guztia mirari bat? Eta ez al da
?gizakia, bere existentziagatik bakarrik, mirari bat ere
Gizakiak Jainkoak sortutako mirari guztiekin pozik ez
badaude, zergatik egin behar dituzte santuek mirari
?gehiago

Jainkoaren santu zuzenak ez dute ezer egiten Jainkoak
eskatzen ez badie, eta batzuetan arrazoi ilun eta ulertzeko
.zailak direla eta

Adibide batekin azalduko dut nola desberdintzen den
.goi-kontzientzia subkontzientearen kontzientziatik
Goi-mailako kontzientzia egoera da, non esna, lo eta
guztiz kontziente zaren bitartean gorputzean edozein
sentsazio eragin dezakezun borondatez eta kanpoko
.estimulurik gabe

Irudimen inkontzientearen eremuan (ametsen
munduan), esne bero kopa bat edan dezakezu
Baina proba hau zuri ezartzen zaizu goi-mailako
kontzientzian, ordea, gauza bera edo beste edozer gauza
.kontzienteki eta nahita bizi dezakezu

Bidea luzea dirudien arren, mila miliako bidaia urrats
bakarrarekin hasten da. Eta baikor jarraitzen dugun
bitartean, ez dago oztoporik nahi den helburua lortzea
.eragotziko duenik

Oraindik gogoratzen ditut iraganeko bizitzak

Han bilatu zaitut

Eta gau asko gogoratzen ditut

Izar distiratsuekin apainduta

Eta egunsentiko bistak

Ihintz-errugabetasuna duena

Eta ilunabarreko ordu harmoniatsuak

Artaldearen kanpaien erritmoarekin

Eta urte bitxi asko

Udaberriko lore eta kimuekin

udako haizeak

euri-jaka gardenak

Diamantezko izotz multzoak

Neguan

Ai, zenbat aldiz itxaron nuen zure etorrera

Bihotza poz-pezik dantzan duela

!Nire arima ia hegan dabil zure irrikaz

Gauero, gure lo lasai eta atsedengarrian, bakea eta

poza dastatzen ditugu

Lo sakon batean erortzen garenean, Jainkoak

kontzientzia sublime eta lasai batean biziartzen gaitu, non

existentzia honetako beldur eta kezka guztiak ahazten

.ditugun

Meditazioan, egoera psikologiko bedetinkatu hori bizi

dezakegu esna gaudenean ere, eta beste maila batzuetako

.bakea dastatu

Jainkozko poza jaisten denean, nire arnasketa baretzen

da, eta nire espiritua hegan egiten du, mila loaldiren zoriona

aldi berean biziz, baina ez ditut nire ohiko zentzumenak

galtzen. Esperientzia kosmiko hau kontzientzia-egoera

gorena lortzeko sakonki murgiltzen direnentzat gordeta
.dago

Jainkoaren estasi izugarriaz betetzen denean, gorputza
erabat gelditzen da, arnasa gelditzen da, pentsamenduak
baretu egiten dira eta pixkanaka desagertzen dira.

Meditatzaileak bere arimaren errealitatea eta
Sortzailearekiko hurbiltasuna sentitzen ditu, beraz, jainkozko
zoriontasunetik edaten du eta mila ardo dosik eman ezin
.duten pozaren estasia dastatzen du

Batez besteko pertsona batek logura sentitzen du esna
eta loaren arteko mugan, ongizate sentsazio labur bat biziz,
baina sentsazio hori azkar desagertzen da lo sakon batean
murgiltzen direnean. Loa ez da kontzientzia galtzea, esna
zaudenean badakizulako zure loa atsedengarria izan den ala
.ez

Loaren egoera asko daude —batzuk arinak, beste
batzuk sakonak—. Baina pertsona batek Jainkoarekin egoera
kontziente batean dituen esperientzia espiritualak loaren
edo atsekabearen zoriontasun handiena baino
zirrargarriagoak eta freskagarriagoak dira (lo hartu aurretik
.gertatzen den logura edo logura)

Nahiz eta niretzat nire entzumena eta ikusmena)
(bezainbeste ez izan

Nire begiek ez zuten ezer ikusi, eta nire belarriek ez
zuten ezer entzun

Loa baino gozoagoa zarelako nire betazalentzat
Eta nire bihotzarentzat segurtasuna baino gozoagoa
Loaren misterio eta misterioen atzean daude poz
sakratu hauek

Ezin ditugu guztiak atsegin eman, hori ezinezkoa delako.

.Saiatzen naiz inor ez haserretzen, nire onena egiten dut

Hori da egin dezakedan guztia

Jainkoaren atsegina bilatu behar dugu lehenik. Nire

helburu bakarra Jainkoa atsegin ematea da. Eskuak
erabiltzen ditut haren aurrean apalki otoitz egiteko, oinak

nonahi bilatzeko eta burua harengan pentsatzeko eta haren
.mirariak hausnartzeko

Jainkoak lehen lekua izan behar du gure bihotzetan,
bake, maitasun, ulermen, adeitasun, erruki eta jakinduria
.gisa senti dezagun

Hau, eta ez beste ezer, da lekuko eta hitz egitera etorri
.naizena. Hausnarketaz gain, konpainia ona izan behar da
Ez dugu jendearen atzetik ibili behar, Jainkoaren atzetik
baizik

Idea hauek onuragarriak iruditzen bazaizkizu,
Jainkoaren bedeinkapentzat hartu itzazu, meritu guztia
.berari baitagokio

Kontatu beste batzuei; agian zuk aurkitzen duzuna
aurkituko dute bertan. Ez dugu ahaztu behar egunero
beharrean daudenei laguntza eskaintzea, ahal dugun guztia.
Poltsikoan dirua dudan bitartean, ez diot emateari utziko,
.nire iturri agortezina eta etengabea Jainkoa baita
Jainkoa ezagutu behar dugu handiek bezala. Hau posible
.da hausnarketaren eta ahalegin pertsonalaren bidez
Behin, ermitatik kanpo nenbilen nire irakasle handiaz,
Sri Yuktiswarrez, pentsatzen, urte batzuk lehenago hil
.baitzen

Izugarrizko irrika sentitu nuen berarenganako eta triste
nengoen ez zegoelako nirekin ermitaren edertasunaz eta
giroaz gozatzeko, eta bat-batean zerutik agertu zitzaidan eta
:esan zidan

Uste duzu toki eder honetaz gozatzen ari zarela"

"!bakarra? Nik ere gozatzen ari naiz zu bezala
Jainkoarekin bat egin nahi duen bilatzaileak eguneroko
meditazioaren eta Harekiko maitasunaren bidez ahalegindu
.behar du

Eta maitatu denak maitasun horrekin
Hau da gerrak saihesteko modu bakarra Lankidetza
espirituala ezinbestekoa da, benetako espiritualitaterik gabe
ez baitago zoriontasun indibidualik edo unibertsalik

Harmonia sakratua da arazo fisiko, finantzario, ezkontide,
moral eta espiritual guztien irtenbide bakarra
Zoriontasuna Jainkoarengandik hurbil sentitzetik dator.

Gizateria ezjakintasunaren atzean giltzapetuta dago, eta
garaia da lotsagarri den espetxe honetatik askatzeko.
Adimena beti Jainkoarengana zuzendu behar da, edozein
.direla ere zirkunstantziak

Orduan, bake eta poz handia sentituko duzu
Jainkoaren irrika dutenak, berari eskaintzen diotenak,
elkar animatzen eta argitzen dutenak eta Jainkoa etengabe
gogoratzen dutenak dira mundu honetako zoriontsuak eta
.Hurrengo Bizitzaren zoriontasunaren irabazleak
Existitzen den guztia Jainkoaren gogoak zuzendutako
uhin-bibrazio bat da. Bibrazio adimentsu hau Espiritu Santua
edo Espiritu leiala da, eta harekin otoitzaren eta
.meditazioaren bidez komunikatu daiteke
Zure arimaren isiltasunean eta zure buru-fokuaren
basoan, ez dago amaierarik absolutu infinituarekin
.maitasunaren istorioarentzat
Baina zaila da Jainkoa lortzea lehenik dirua bilatzen
badugu

Jainkoa gure bizitzaren parte bihurtu behar dugu, eta
orduan bizitza honetan behar dugun guztia izango dugu
Jainkoarentzat leku iraunkorra bere bihotzean egiten
duenari, Jainkoak lurreko eta zeruko gauza on ugari emango
dizkio, eta jakinduriaren eguzkiak distiratzten duten horizonte
zabalak irekiko dizkio aurrean, bere bideak argituz eta
.inguruko iluntasuna uxatuz
Jainkoa maitale betierekoa da, eta ez dago zoriontasunik
gizakiarentzat Jainkoa maite ez badu bere maiteenak bezala
- gutxienez -, Jainkorik gabe ez baikenuen maitasunaren
.izaera ezagutuko ezta haren zaporea dastatuko ere
Gure borondatea erabiltzen eta gure adimena fokatzen
.ikasi behar dugu Jainkoa bihotz osoz bilatzeko

Giza ekintzak desioek agintzen dituzte, eta ohitura
.horiek beti behartzen dute egin nahi ez duena egitera
Egia esan, gizakia bere etsairik txarrena da, nahiz eta ez
konturatu. Ez daki nola egon geldirik edo denbora eskaini
Jainkoari, baina zoriontasuna lortu eta Paradisura berehala
!sartzea bermatzea espero du
Esperientzia santua ezin da lortu liburuak irakurriz edo
sermoiak entzunez soilik
Edo, besterik gabe, ekintza onak egitea. Hauek guztiak
lagungarriak dira, dudarik gabe, baina ez dira nahikoa.
Jainkoarekin konektatzeak arreta handia eta hausnarketa
.sakona eskatzen ditu
Bizitza amets handi bat da
Imajinatu! Hamarkada batzuk barru, gure existentzia
amets bat izango da, eta orain egiten dugun guztia amets
.horren parte izango da
Gizateriaren figura handienak ere giza kontzientziaren
irudi huts bihurtu dira. Baina figura handi horiek beren azken
helburua lortu zuten, maila gorenera iritsi zirelako eta
espirituz bizirik jarraitzen dutelako, gertatzen ari den
guztiaren kontzientzia bizi eta kontzientearekin, jainkozko
.kontzientzian batuta baitaude
Haien ideien eta irakaspenen bidez haiekin
harmonizatzen saiatzen den edonork, nahitaez, haien
presentzia sentituko du, haien bedeinkapenak erakarriko
ditu eta sakonean jakingo du haiekin benetako kontaktuan
.daudela
Bizitza amets handi bat da. Hala ere, pertsona batek
bere gorputza begiratzeko duenean eta bizitzaz beteta
aurkitzen duenean, amets horren errealitatean
konbentzimendu sendoa garatzen du. Zoriontsu izateko
.gauza hau edo hura eskuratu behar dutela uste dute
Baina zenbat desio betetzen dituen ere, ez du
zoriontasunik aurkituko horien bidez. Zenbat eta gehiago
eskuratu, orduan eta gehiago nahi du. Desioak findu eta

bizitza sinplifikatu behar dira erosotasunean, lasaitasunean
.eta barne-poztasunean bizi nahi bada
Eskriturek diote beti barrurantz (arimarantz) desioak
dituen pertsona barne-bake handiko pertsona dela.
Horretan, itsasoaren antzekoak dira, inoiz aldatzen edo
gutxitzen ez dena, etengabe bertara isurtzen den urez
beteta geratzen dena. Baina bere bakearen urtegian desio-
zuloak sortzen dituen eta ur biziak isurtzen eta alferrik
galtzen uzten dituen pertsonak ez daki ezer bake
.espiritualaz eta barne-zoriontasunaz
Jainkoa ezagutzen dutenen gidaritza behar dugu,
Harekin komunikatzeko eta haren presentzia kontzienteki
.sentitzeko gaitasuna dutenengandik
Profetek Jainkoa barne-bakeaz bilatzeko eskatu digute
Arimaren bakardadean, non espiritu leialak eta poz
espiritual gorena dauden
Ilustratuek ere ideia hauek babesten dituzte
Hausnarketa sakonaren garrantzia azpimarratzen dute
Arimaren sakonean goi-ni hori gauzatzeko
Ez dut nahi jendeak pentsatzea ezagutza lor dezakeela
besteei entzunez edo liburuak irakurriz soilik. Irakurtzen eta
.entzuten dutena aplikatu behar dute
Gurtza lekuetara joatea hobe da txutxu-mutxu
hutsetan aritzea baino
Baina gurtza-lekuetan ere, Jainkoaren presentzia ukitu
.eta sentitu behar da norberaren bihotzean
Eztanda emozionalak eta analisi arrazionalak ezin digute
.eman gure arimak eskuratu nahi duen jainkozko ezagutza
Jainkoari amore ematen diogunean eta desio berekoiei
agur esaten diegunean eta Jainkoa beti gurekin dagoela ziur
gaudenean
Gure arimetan bizi da eta pentsamendu eta sentimendu
on eta nobleekin inspiratzen gaitu. Zoriontasuna eta
askatasuna izango ditugu, eta jakinduriaren egunsentia
.ikusiko dugu arimaren horizontean

Tigre bihurtu zen sagua
Paramhansa Yogananda jakintsuak kontatu bezala
Aspaldi, baso sakon batean, Jainkoa ezagutzen zuen
gizon santu batek bizi zuen ermita bat bizi zen. Gizon
bedeinkatu honek jakinduria handia eta botere gainnaturalak
zituen, eta inor ez zen haren inguruan bizi, sagu txiki eta
.otzan bat izan ezik
Santua ikusi nahi zuten dizipulu askok eta beste batzuek
ausartu ziren bisitatzeraz, tigre basatiak eta beste piztia
batzuk egon arren, berarekiko maitasunak erakarrita. Loreak
eta fruituak ekartzen zizkioten eskaintza gisa. Santua
bisitatzen zuten guztiak harrituta geratu ziren haren eta
saguaren arteko lotura estuarekin, eta apur batzuk botatzen
.zizkioten santuaren sagu otzanari
Egun batean, dizipulu talde bat irakaslea bisitatzen ari
zela bere atsedenera isolatuan, katu batek sagu bat atzetik
joan zuen, eta hau jakintsuaren oinetara oihuka etorri zen
babes bila. Une hartan, dizipuluen begi harrituen aurrean,
santuak sagu izutua katu handi eta basati batean bihurtu
zuen! Mirari baten bidez, sagua libre ibili zen katuen artean,
kalterik gabe. Eraldaketa horrekin poz-pozik zegoen, eta
bere bakea asaldatzen zuen gauza bakarra dizipuluen
xuxurla zen, keinuka eta seinalatuz, sagu baten ondorengo
.katu bat zela esanez
Denbora batzuk geroago, dizipulu berberak berriro joan
ziren beren irakaslea bisitatzeraz, eta otso talde bat katu-
saguaren atzetik zebilen, eta honek miauka hasi zen ozen,
santuaren oinetan babesa eskatuz. Santuak esan zion:
"Bihurtu otso". Berehala, harrituta zeuden dizipuluek katu-
sagua otso bihurtuta ikusi zuten beren begien aurrean.
Otsoak ere harrituta geratu ziren harrapakinaren berehalako
eraldaketa honekin, baina etsita geratu ziren eta gosez itzuli
ziren. Azkenean, otso-sagua libre ibili zen beste otsoekin,
.haiekin jaten eta animalia txikiagoak begira

Beste behin, aurreko bi mirarien lekuko izan ziren ikasle berberak irakaslearekin ikasten ari zirela. Klasearen erdian, harrituta geratu ziren Bengalako tigre erraldoi bat otso-sagua atzetik zihoala ikustean, eta sagua, ohi bezala, abiadura bizian zihoan irakaslearen oinetara babes bila. Irakasleak, berriro ere bere botere miragarriak erabiliz, tigrea gelditu eta otso otzanari hitz egin zion, esanez: "Sagu maitea, ergela da zure etsaiengandik babesten jarraitzea. Une honetatik aurrera, tigre bihurtzea nahi dut". Ikasleak lasaitu bezain laster, barre egiten hasi ziren eta elkarri esaten: "Jainkoarren! Begira santuaren tigre basatia! ."!Santuak tigre bihurtu duen sagu bat besterik ez da Denbora aurrera joan ahala, ermitara joaten ziren bisitariak konturatu ziren lekua zaintzen zuen tigre beldurgarria irakasleak tigre mailara igo zuen sagu txiki bat besterik ez zela. Ikasle zaharrenek ermitara etorri berriak lasaitzen zituzten, esanez: "Ez izan tigrearen beldur, ez da benetan tigre bat, irakasleak tigrearen irudia eman zion sagu ."

"bat baizik Sagu jazarle hau azkenean nekatu zen umiliazio publikoaz eta bere artean pentsatu zuen: "Ai, santua bera hil ahal izango banu, orduan libratuko nintzateke nire ."

"miseriaren kausatik Ideia hori bururatu zitzaion bezain laster, jakintsuaren gainera oldartu zen, hiltzeko asmoz. Baina jakintsua zelatan zegoen, haren pentsamendu prozesua jarraitzen ari baitzen eta haren asmoak ezagutzen baitzituen, beraz, berehala jakin zuen zer pasatzen zen bere tigre desobedientearen ."

"buruan, eta oihu egin zion, esanez: "Itzuli lehen bezala Eta horixe gertatu zen, begi-kliska batean tigre !harroputza berriro ere sagu izutu batean bihurtu baitzen Denek nahi dute beste pertsonak baino diru gehiago, eta lortzen dutenean, pozik geratzen dira, beste norbait .beraiek baino aberatsagoa dela deskubritzen baitute

Jendea eurek sortutako miseria-espinal batean bizi da,
.eta bere nahiak sortu ditu

Daukagunarekin konformatu behar dugu, gauza
materialek ez baitute zoriontasunik ekartzen, baina askotan
pertsona baten kezka biderkatzen dituzte eta antsietatea
.eta kezka areagotzen dituzte

Jainkoarenganako bidea da biderik errazena eta
sinpleena, baina gutxi egiten dute bertatik, erritu eta
.formalitate erlijioso ugari izan arren

Hobe da gure bihotzak Jainkoarengana itzultzea eta
guretzat onena eta iraunkorra dena eskatzea
Egia esan, Jainkoa gure zain dago, gaiztakeriatik eta
arriskutik urrun eduki nahi gaituelako. Berarekin nahi gaitu
gure bihotzetan eta gogoetan, mundu honetako ondasun
merkeek ezin baitute gizakiaren irrika ase edo hutsune
.espirituala bete

Sakonean sentitzen duena
Jainkoak etengabe hitz egiten digu, baina gutxi
entzuten dute haren ahotsa
Ahots lasai hori askotan pentsamendu zaratsuen eta
desio agerikoen zalapartan itotzen da
Baina pentsamenduak baretzen eta desirak baretzen
direnean, Jainkoaren ahotsa argi entzuten dugu, isila eta
.ahula izan arren

Egiaz, Jainkoak dena egiten du gizateriari laguntzeko;
.ateak irekitzen dizkie eta bideak argitzen dizkie
Bere urratsen lekuak ikus ditzan, estropezu egin ez
dezan edo oina irrist egin ez dezan, baina jende gehienak ez
du konturatzen hori

Mundua, oro har, nahasmenean eta kaosean murgilduta
dago, gerrak sortzen dituzten berekoikeriazko eta zikoitz
.desioen ondorioz. Beste ezerk ez ditu gerrak sortzen
Bizitzako borrokan heroirik handiena bere burua
konkistatzea eta bere pasioak gainditzea lortzen duena da

Dirua, ospea, nahiak eta printzipio honen aurka doan
guztia kaltegarriak dira gure bakearentzat eta
.zoriontasunerako
Jendeak bizitzaren benetako balioei buruz beti
pentsatzen ikasiko balu, bilatzen duten zoriontasuna
.aurkituko luke
Baina beren asmotik aldentzen dira eta lurreko desioen
korronteak eramaten ditu
Ohartu naiz ez dagoela tentaziorik aukeratu dudan
bidetik eta neure buruarentzat hartu dudan bidetik urrundu
.ezin nauela
Jainkoak eman didan boterearekin milaka pertsona
xarma ditzaket, baina ekintza hori kaltegarria izango
litzateke niretzat
Nolanahi ere, ez dut milaka liluratu eta haien adimenak
.liluratu nahi
Jainkoarengan sendo errotuta dauden dizipulu zintzoak
ikustea gustatzen zait
Jainkoa maite dutenek pentsamendu hauetaz gozatuko
dute, eta ilusioa irauten dutenek Jainkoaren bedeinkapenak
.sentituko dituzte
Bere presentzia irakaspen hauen bidez agerikoa da
Ezinezkoa da pertsona batek Jainkoa engainatzea, bera
baitago zuzenean bere pentsamenduen atzean eta
badakielako zer gertatzen den bere buruan eta zer nahi
.duen
Munduari uko egiten dionean eta harmonia espiritualak
nahi duenean, Jainkoa etorriko zaio
Desira hori nahi duenaren bihotzean errotzen denean,
Jainkoa bihotz horretara etortzen da eta ontasunez eta
.bedeinkapenez betetzen du
Gauza materialek bake faltsu bat eta aldi baterako
asebetetze sentrazioa baino ez dute eskaintzen. Pertsona
baten bizitzeko benetako helburu bakarra bere

Sortzailearekin harmonian egotea eta haren faborea lortzea
.da

Akordio hori betiko ituna eta hautsiezina den ituna izan
behar da

Jauna, egin nazazu garden garbitasunez, zure
.sendatzeko argia nire baitan islatu ahal izan dezadan

Baretu nire gogoaren ispilua, antsietatez dardarka ari
.dena, zure aurpegi infinitua isla dezan

Ireki fedearen leihoak nire ariman, zure bakearen usaina
.arnastu ahal izan dezadan

Konturatu naiz bizitzaren helburu bakarra Jainkoa
ezagutzea dela

Badira Jainkoa ezagutzea bizitzaren azken helburua dela
konbentzituta ez dauden pertsonak. Baina inork ezin du
ukatu bizitzaren helburua zoriontasuna aurkitzea dela. Eta
konfiantza eta ziurtasun osoz diot Jainkoa dela azken
.zoriontasuna

.Zoriontasun handiena da

Maitasun unibertsal absolutua da. Harekin harmonian
daudenen arimak inoiz uzten ez dituen betiereko poza da.

Beraz, zergatik ez dugu zoriontasun goren hori lortzen
?saiazen

Inork ezin digu eman. Geure baitan etengabe zaindu eta
.landu behar dugu

Munduak etengabe ahalegintzen da jendeari bere
plazerak eskaintzen, baina gozamen labur horiek azkenean
damua, samina eta atsekabea dakartzate. Zorte
onenekoenak ere, dena dutela diruditenak, agian ez dira
benetan zoriontsuak izango eta ez dira lurreko gauzekin
denbora luzez pozik egongo, ez baitute beren benetako
.egarria asetzen, ezta beren gose espirituala ere

Zenbat eta gehiago jarri arreta kanpoko gauzetan,

orduan eta gutxiago senti dezakegu barne-aintza

Jainkozko espirituaren betiko zoriontasuna dastatuz bizi

dezakeguna

Zenbat eta gehiago barrura begiratu, orduan eta
kanpoko zailtasun gutxiago izango ditugu. Ekuazio
konstantea da, baina jende gehienak ez du egia horretaz
jabetzen munduko laguntasunaren, bizi diren gizartearen eta
.ohitura osasungaitzen eraginagatik
Gizarteak pertsona gainazaleko gaietan murgilduta eta
kezkatuta mantentzen du, egia sakonagoetan pentsatzen
.utzi gabe
Leku espiritualak ere bisitatzen dituzte batzuek, haien
.giro bedeinkatuaz baliatzeko benetako gogorik gabe
la ez dute ezer irabazten bisita horietatik
Jainkoa ikusi nahi dutenek nonahi aurkituko dute. Giza
.ohiturak suntsitzaileak eta kaltegarriak dira
Suntsitzen, kaltetzen, ezabatzen eta deuseztatzen duen
harrapari basatia
Jendeak duenarekin zoriontsu eta pozik egoten ikasteko
.garaia da
Ez genuke guregandik datorrena baino gehiago desiratu
behar. Jainkoa eskuzabala da; badaki zer behar dugun eta
garaiz ematen digu. Horrek ez du esan nahi ahaleginik egin
gabe Jainkoarengan konfiantza izan behar dugunik, batere
ez. Horrek esan nahi du gure ahalmen guztia egin behar
dugula eta gainerakoa Jainkoaren esku utzi behar dugula,
.eta hark ez digu inoiz behar eta merezi duguna kenduko
Betiko zoriontsu izateko modurik onena Jainkoaren
presentzia sentitzea da. Gure desiorik handiena Jainkoa
ezagutzea eta berarekin egoteko erabakia hartzea izan
.beharko litzateke
Jainkoak izan beharko luke lehen eta lekurik gorena gure
pentsamendu eta sentimenduetan, eta gure bizitzako zutabe
.sendoena eta finkatuena dela kontsideratu beharko genuke
Jainkoa, bere erruki absolutuan
Poza eta inspirazioa ematen dizkigu
Eta benetako bizitza ematen digu
Benetako jakinduria

Eta benetako zoriontasuna
Benetako ulermena bidez
Gure bizitzako esperientzia anitzak guztiak
Baina Jainkoaren aintza ez da agertzen
Arimak sentitzen duen lasaitasun espiritualean izan ezik
Eta harekin harmonizatzeko ahalegin serio batean
Hor gaude egiaren aurrean aurrez aurre
Atzerrian, ilusioak oso indartsuak dira
Oso gutxik lortzen dute kentzea
.Kanpoko ingurunearen eragina
Munduak bere konplexutasun amaigabeekin jarraitzen

du

Eta bere esperientzia ugariak
Jainkoaren ahotsa bizitzaren itxuraren atzean dago
Beti deitzen gaitu eta hitz egiten digu
Loreen eta liburu santuen bidez
.Gure kontzientziatik
Eta gauza eder guztien bidez
Bizitza bizitzeko modukoa egiten duena
Zeruko urretxindorra
Zure urretxindorra naiz, zure presentzia kosmikoaren
zeruetara igotzen, zure egiaren euri tantak etengabe
.bilatzen
Isiltasunaren hodei gogorretatik zure errukiaren
zaparradak bidaltzeko otoitz egin dizut konfiantza
.sakonarekin
Eta izugarri egarri nintzenez, irrikaz jaso nuen zure
kontzientziaren puntu sakratu bakoitza
Ai, zenbat desiratzen nuen zure presentzia nire baitan
!eta inguruan sentitzea
Nire egarri kronikoa zure ukituak nire arima sutan eta
irrika eta irrikaz sutan nengoen nire izatea hoztu zuenean
bakarrik asetu zen. Etsipen eta itxaropenik gabeko sasoia
igaro da, eta nire arazoen lehortasuna desagertu da zure
.bakearen euriarekin

Eta orain isilik hegan egiten dut eta hegan egiten dut,
poz eta gogobetetasun abestiak abesten
Zure existentziaren gailurretik etengabe isurtzen diren
zure kontsolamenduko urak bakarrik edaten ditudan
.urretxindorra naiz zurea
Banakako, industriako eta politikako berekoikeriak,
arraza baten bestearekiko nagusitasunaren ilusioek
piztutako sentimendu sutuak eta sinesmen eta doktrinen
merkataritzak zatiketa eta urruntzea sortu dute herrien eta
arrazen artean, eta lurra gerrekin urratu dute. Ondorioz,
suntsipen ekonomikoa, ezjakintasun espirituala eta miseria
.kolektiboa gertatzen ari dira
Ezaugarri espiritualen, eraginkortasun materialaren eta
giza ezaugarri nobleen konbinazio bat garatzea —pertsona
arrakastatsuen bizitzan agertzen diren motakoa— bizitza
.zoriontsu baten funtsa da eta gizaki onenak sortuko ditu
Edonoiz, edonon
Pentsamendu sendoaren, portaera onaren eta
besteekiko benetako enpatia emozionalaren idealak hartu
.behar ditugu
Izan ere, gizateria goratzen da zuzentasunaren,
errukiaren eta alderdi materialen garapen berdin eta
.orekatuaren bidez
Bere pertsonaren alderdi intelektualak, espiritualak eta
moralak
Gizateria osoaren azken helburua bakea, asebetetzea,
segurtasuna, ezagutza eta hilezkortasuna lortzea da
Eta gure baitan ezkutatuta dagoen perfekzioarekiko
irrika honetan dago Jainkoaren irudia
Irudi bedeinkatu honek bere burua agerian uzten
saiatzen da beren goi-izaerarekin harmonian dauden
.gizakien bidez
Pluralismoa naturaren legea da, eta batasunak
absolutura eramaten du

Banaketa eta zatiketarekin, mundua gerren eta
heriotzaren suaren gainean mina eta sufrimendua irakiten
.eta borborka dabilen lapiko bihurtzen da
Bihotzak batzen, arimak elkartzen eta egiarekin
elkartzen dituen bizitza ideala
Zoriontasunerako, bakerako eta betikotasunerako bidea
da
Jainkoak bakarrik izan ezik, ezin digu pozik utzi eta gure
.begietako miseriaren malkoak garbitu
Giza arima osotasunetik bereizitako zati bat da eta
osotasunera itzuli behar du osotasun bihurtzeko.
Zoriontasunaren bilaketak Jainkoarengana eraman behar
.gaitu, poz guztien iturria dena
Gure ezagutza-egarria jainkozko jakinduriaren
iturburuetatik asetu behar da. Gure bakea Jainkoaren bake
deskribaezinarekin bat egiten duenean bakarrik izango da
.osoa
Gure existentziak Jainkoaren existentzia behar du
betiereko bihurtzeko, eta gure kontzientzia gero eta
zabalagoa eta zabalagoa izango da kontzientzia kosmikoa
ukitzen eta harekin bat egiten duenean. Gure poza infinitua
izango da eta milioika aldiz handituko da jainkozko pozarekin
.konbinatzen denean
Gutziak hil zuen urdaila
Behin batean, gizon jakintsu batek jaten zuen pertsona
jator batekin, eta gizon jakintsuak esan zuen: "Maite dut
."janari goxo hau
Baina ez zuen asko jan. Gizon jatunari dagokionez, ez
.zuen inoiz bere bizitzan hain otordu goxorik dastatu
Jaten jarraitu zuen ase arte eta gehiegi janez hil zen.
.Bizitza luzea izan dezazuela
Pertsona jakintsu eta borondatezkoak janariaz gozatzen
zuen, baina jale amorratua suntsitzen zuen atxikimendu
sentsual hori gabe. Pertsona jakintsua bere arima elikatzen
eta gorputzeko zelulak indartzen zituzten energia espiritual

gardenekin harmonian zegoen, eta jaten zuenean, neurriz
egiten zuen, kontzienteki iristen ari zitzaiola zekien energia
.kosmikoaren fluxua ez oztopatzeko edo oztopatzeko
Ez da beharrezkoa dena uztea eta bizitza austeroa
bizitzea bizitza espirituala bizitzeko, baina gogoratu behar da
gizakia ez dela ogiarekin bakarrik bizi
Maitasunaren paradisia eta zoriontasunaren zerua
Zure argi bedeinkatuaren distiran, nire arimaren
erreguak eskaintzen ditut
Eta eskatzen dizut nire bihotzaren eskaintza xumea
onartzeko
Mantendu iluntasunaren mamuak niregandik urrun
Begira nazazu zeruko begietatik
Nire bihotzaren eta sentimenduen irteeratik
Erakutsiezadazu tenpluan zureganako dudan maitasuna
Bedeinka nazazu, ongia ikus dezadan
Gauza onak pentsatzen ditut
Eta egin adiskidetasun jende on eta bertutetsuarekin
Eta zutaz hausnartu ahal izateko
Oi zu, ontasun eta zuzentasun guztien iturria zarena
Zure graziari esker, nire arimaren santutegitik
kanporatua izango naiz
Ideia disidente guztiak
Eta zure presentzia bedeinkatuarekin erresonatzen dut
nire baitan
Zoriontasun paradisian bizi naiteke
Pentsamendu noble eta sublimak datozkit burura
Zure zoriontasunaren usainarekin busti nazazu
Zure maitasun santuak beti ingura nazala
Bedeinka nazazu maitasunaren paradisian bizi nadin
Zure jainkozko presentziaz gozatzen
Eta zure zeruko bakea
Eta arima hilezkorra naizela konturatzeko
Eta zure argiaz bizi naiz
Eta zure bedeinkapenari esker bizi naiz

Nire Jainko maitea
 .Egunsentiaren Lorategitik
 Argi loreak bilduko ditut zuretzat
 Eskaintza xume gisa eskaintzeko
 .Zure oinetan
 Utzi nire maitasunaren izar ziztatzailea zureganako
 Aurrera egiten du gero eta indar handiagoarekin
 Harridura giro baten bidez
 Eta zure ahanztura
 Eta bere iluntasuna uxatzen du
 Ez ahaztu nirekin
 Ahaztu bazaitut ere
 Gogoratu nazazu
 Aipatzen ez bazaitut ere
 Jainkoa da nire bizitzako gauzarik preziatuena
 Nire kontzientzian nagusi da
 Eta jakinduria hitzek inspiratzen naute
 Bide zuzenera gidatzen nau
 Zein hartu beharko nukeen
 .Bizitza orekatua
 Jainkozko eta naturako lege guztiak kontuan hartzen
 dituen
 Jarduera eta lasaitasuna uztartzen ditu
 Zoriontasuna ekartzen du eta gizakiaren patua betetzen
 du
 Bitxiz betetako etxe bat ezin da iluntasunean ikusi
 Beraz, ezin da jainkoaren presentzia sentitu
 Ezjakintasunaren gaua nagusitzen den bitartean
 Jainkoaren ulermena benetakoa ez bada
 Beraz, ezin ditugu eguneroko zereginak hori gabe egin
 Argi zegoen ez genuela inolako loturarik sentitzen
 Jainkoaren eta bizitzaren artean
 Anbizioa dugunean eta besteak zerbitzatzeko ideiarekin
 koroatzen dugunean
 Besteei lagunduz geure buruari laguntzen diogu

Ai, Jauna
Eguzki-argia ezinbestekoa den hedapenarekin
Itxaropen izpiak zabalduko ditut pobreen eta
lekualdatuen bihotzetan
Piztu erabakitasunaren eta autokonfiantzaren lanparak
Porrotak direla uste dutenen bihotzetan
Bizitza ikasteko eta betebeharrak betetzeko eskola bat
dela konturatzen garenean
Aldi berean, amets labur bat da
Orduan jakingo dugu Jainkoa gurekin dagoela
Bizitza zerbitzuan oinarritu behar da
Helburu noble hori gabe
Jainkoak gizakiari eman zion adimenak ez du lortuko
.Sortu zen helburua
Jainkoari men egiteak pertsona bati bere zeregin guztiak
burutzeko aukera ematen dio
Jainkoarekiko poz eta esker oneko sentimendu batekin
Errendizioaren bidez bakarrik aurki dezakegu bakea
Ahultasun intelektual eta moral guztiak erreko ditut
.Diseinuaren sutan
Ahultasun horiek kentzen ez baditut behintzat
Ezin izango dut jainkozkougarra ikusi
Ai, Jauna
Gaur gauza zehatzak lortzeko erabakia hartuko dut
Orduan, planifikatutakoa egiten dut
Lehenik eta behin, ziurtatuko dut nire asmoa zuzena
dela
Eta orduan zure indarra sentituko dut
Eta zure laguntza eta bedeinkapenarekin, egin nahi
dudana lortuko dut

Xuxurlak eta haizeak

Paramhansa Yogananda maisua

Itzulpena: Mahmoud Abbas Masoud

**Ego txikia harro eta arrogante ibili daiteke,
harrotasunez eta esanez: Ni zu naiz!**

Baina nire benetako nia ezagutzen saiatuko naiz, adeitasunaren eta apaltasunaren lore mota guztiekin lurrintsua dena.

Jainko maitea, agerian utzi nire benetako nortasuna, eta entzun dezadan zu xuxurlatzen nire sakonean, esanez: Zure eredia naiz eta zu nire irudia!

Gaueko ametsen lorategian

Gaueko ametsen lorategian, lore asko loratzen dira: nire irudimenaren lore arraroak. Han, planetaren argi epelak distiratzten duen lekuan, lurreko itxaropenen kimuak zabaltzen dira, betetasun eta poztasun petalo distiratsuak zabalduz.

Amets horien distiran, ahaztutako aurpegi maiteen mamuak eta inkontzientearen lurzoruan aspaldi lurperatutako emozio maiteen ninfak ikusten ditut, guztiak jantzi distiratsuetan altxatzen. Eta ametsen aingeruen deiari erantzunez, iraganeko proba guztien berpizkundea ikusten dut.

Jauna, eguneroko arazoak ahazteko askatasuna eman diguzu ametsen lurraldera gauero egindako bisitekin. Lagundu iezaguzu zuregana esnatzen eta giza atsekabeetatik betiko ihes egiten.

Nire itzuleraren zain zaude

Oi Jainkozko Babeslekua! Bizitzaren itsasoan noraezean nabil, zoritxarraren ekaitz bortitzek astinduta. Plazeraren olatuen gainean flotatzen edo noizean behin atsekabearen sakonean hondoratzen naizen ala ez, dualtasun honetatik ihes egin nahi dut zure itsasertz transzendente eta etereoetara iritsiz. Nire erreguaren hasperen bakoitzarekin, gero eta hurbilago nago zuregana, nire babesleku bakarrean.

**Ez dut saiatzeari utziko, badakidalako nire
etorreraren irrikitan zaudetela eta nire itzulera
irrikaz zaudetela!**

paradisuko hegaztia

**Paradisuko hegazti bat naiz: zure esku
bedeinkatuek landutako zeruko hegazti bat**

**Graziaz eta kolore ederrez apaindu ninduen:
samurtasunaren lumaz eta loraldi espiritualaren
urrezko lumaz.**

**Bizitzaren giro ilun eta zimurtsuan gora hegan
egin nuen zoriontasun paradisu baten bila, eta nire
luma distiratsuak etsipen orban ilunez zikindu
ziren.**

**Zatoz, ene Jainkoa, eta garbitu zure paradisuko
txoria jakinduriaren izpiekin eta bakearen ur garbi
eta gozoekin**

Jainkozko Eskultorea

**Bihotzeko taupada bakoitza hitz berri bat izan
dadila zureganako betiko maitasunaren poeman.**

**Nire ezpaineak ateratzen duten soinu bakoitzak
zure ahots santuaren bibrazio bedeinkatuak
transmititu ditzala**

**Nire pentsamendu guztiak zure presentziaren
pozez bete daitezela**

**Nire nahia zure jainkozko bizitasunaz kargatuta
egon dadila**

**Apaindu nire pentsamendu, adierazpen eta nahi
guztiak zure graziarekin**

**Jainkozko eskultore santu-santua, moldatu nire
bizitza zure diseinu paregabearen arabera, zuk nahi
duzun bezala.**

Nire babeslea zara.

**Jauna, lagundu iezadazu haserrearen eta
pasioaren piztiak ez esnatzen arima findugabeetan.
Baina erasotzen banaute, babestuko naiz nire**

arimaren baitan dagoen zure babesaren kobazulo harritsuan.

Jainkozko Babeslea! Zu gabe, ez dut segurtasunik edo babesik aurkituko, giza gotorleku menderaezinetan ere. Izan zaitez nire babes-estalki eta nire ezkutu sendoa zoritxarraren jaurtigai lehergarrien aurka. Eta bedeinka nazazu, sendatu ahal izan ditzadan —kirurgia santuaren bidez— bizitzako zauri eta metraila sufritzen duten guztiak.

estasi sakratua

Zure jarraitzaileak otoitzean daudenean, estasi sakratuaren izpiak biltzen ditut haien begietatik eta nire grina espiritualarekin nahasten ditut nire pentsamendu egarriei edari freskagarri gisa eskaintzeko; horrela edaten dute ase arte, eta beren minak eta beldurrak desagertu arte.

Eta kontsolamendua eta erosotasuna bilatzen dutenei, edari magiko hau eskaintzen diet bihotzeko zintzotasun eta asmo oneko kopa gardenetan.

Elixir bedeinkatu hau edaten duen orok estasi iraunkorra bizi dezala, bere arazoak ahaztu eta bere minak desagertuz!

Garbitu nazazu hondamendien labean

Nire bizitzako metal gordina hondamendien eta proben labean urtzen da, eta gezur guztia esperientzia eta anbizio sakratuen sutan fintzen da.

Jainkozko Sortzailea, askatu nazazu giza ahultasunetik eta eman iezadazu burdina bezain sendoa den borondatea eta altzairu gogortua bezain erabaki espirituala. Lagundu iezadazu nire esentzia findua autodiziplinaren eta benetako determinazioaren tresna eraginkor bihurtzeko.

Eta oreka mentalaren ezpatarekin, nire barneko etsaiak suntsituko ditut -nire ohitura gogorrak-,

**nire zain daudenak eta etengabe zuga bakarrik
pentsatzea eragozten saiatzen direnak.**

**Izan zaitez nire eguzkia eta nire ilargia
Jauna, bidali zure jakinduriaren izpiak nire
lorpen egun zoriontsuetan gidatzeko, eta zure ilargi
errukitsuaren argia nire bideak argitzeko nire
atsekabe gau ilunetan.**

Zatoz niregana

**Egunsentia iritsiko al da, zure izen bedeinkatua
ahoskatzean nire ezjakintasunaren ertzak gainezka
egingo dituzten eta nire bihotza bustiko duten
malko uholde bat sortuko denean?**

**Orduan, bildutako malkoen lakuan, jakinduria
sakratuaren liliak ernetuko dira, eta haien
argitasunak nire iluntasuna uxatu egingo du
betikotasun osorako.**

**Oi, existentzia guztia zeharkatzen duzun Ama
unibertsala, zatoz niregana, zeren eta ezerk ezin
baitu nire atsekabea ezabatu eta nire iluntasuna
uxatu, zure erruki guztiz zabalaren eta zure erruki
infinituaren aurpegiak izan ezik.**

Lotura hautsiezina

**Irakats iezadazu, Jauna, zurekin bat egiten
aurkitzen barne-bakean eta munduko zaratan. Ez
du axola isiltasunak edo zaratak inguratzen nauen,
zure presentzia guztiz inguratzailea nonahi eta
uneoro sentitzen badut.**

Beraz, utzi nire lana pozik egiten

**Nekaezin lan egiten duzu eta irribarreak
ekartzen dizkiezu milioika bihotz zoriontsuei.
Bedeinka nazazu, bizitzaren fabrika lanean ari
naizen bitartean irribarre iraunkor bat izan dezadan
-zuk bezala-.**

**Zure indarraren olatuak beti dantzan daitezela
nire eguneroko jardueren ibaian**

Ama Jainkotiarra, atomoak, loreak eta unibertsoak diseinatzeaz gozatzen duzun bezala, irakatsi iezadazu gogo orekatu batekin eta arima asebate batekin lan egiteko eta sortzeko sekretua.

**Sendatze mentala, psikologikoa eta fisikoa
Lagundu iezaguzu, espiritu kosmiko hori, gorputza sendatzen zure energia kosmikoarekin kargatuz, adimena alaitasunez eta arreta mentalarekin sendatzen, eta arima kausa guztien errotik sendatzen -ezjakintasunetik-, sendagairik eraginkorrena erabiliz: Jainkoarenganako eguneroko meditazio santua.**

Sendatzearen baieztapena.

Jainkozko Espiritua, zuk sortu zenuen nire gorputza, eta beraz, osasuntsu eta osasuntsu dago, Zu bertan zaudelako. Zu zara perfekzioa bera, eta zure irudian sortua naiz; beraz, ondo nago eta egoerarik onenean!

Besteak sendatzeko baieztapena

Jainkoaren irudia zara, eta haren betiko bizitasunak zure gorputzeko zelula eta ehun guztiak zeharkatzen ditu. Zure izate osoa haren jainkozko presentziarekin taupadaka dabil; haren graziari esker zaude osasuntsu.

Nire itsasontziko kapitaina izan

Jauna, izan zaitez nire eguneroko jardueren itsasontziaren kapitain, eta gidatu zure kostalde santura, nekatuentzako babesleku eta atsedenekua dena.

Erokeria okerraren suak

Akatsen gauean, zoriontasun sentsual engainagarriaren mirajeari jarraitu genion; eta aurrerapen espiritualaren bidetik aldentzen ginen heinean, etsipenaren eta galeraren zingiretan erori ginen.

Jauna, beti erne eta adi zauden zuk, ez utzi pasioen eta ilusioen ur azalekoen gainean dagoen ergelkeriaren sugarrak plazer xumeen lokatz eta zuloetara erakartzen.

Zure seme-alabak gara, gure zeruko etxera iristeko irrikan. Bedeinka gaitzazu, Espirituaren barne-argia jarraituz gure helburua lor dezagun, zure itsasargi santua baita, zure kostalde bedeinkaturantz gidatzen eta deitzen gaituena!

Zure ahotsa entzun dut

Bizitza askotan entzun izan dut zure xuxurla leuna esaten: Zatoz etxera!

Baina desagertu eta desagerrarazi egin zen bedeinkatu gabeko desioen zarataren artean

Desiraren ilara jendetsuak alde batera utzi ditut eta nire bihotzeko birjina-erretiroetara gonbidatuko zaitut

Zuregan meditatzeko esertzen naizenean, uxatu egingo al dituzu nire oroimenaren txokoetan oraindik ezkutatuta dauden lurreko tentazioak?

Nire arimaren isiltasunean, bihotz-bihotzez irrikatzen dut zure ahots bedeinkatua entzutea

Oroimenezko kandela

Baliteke nire bidea galtzea eta bide ilun eta labirinto goibeletan ibiltzea, baina oi ama kosmiko, gorde ezazu oroitzapenaren kandela mehea zuretzat, zalantza eta ziurgabetasunaren haizeek itzal ez dezaten.

Lurreko gauza guztiak eskatu ditut, azkenean zu bakarrik desiratzen dudala deskubritzeko, Ama! Zatoz eta ez utzi inoiz!

Iluntasuna desagertzen da zure argiaren aurrean

Jainkozko Maisu, konturatu nazazu nire ezjakintasunaren iluntasuna denbora bera bezain

**zaharra bada ere, Zure argiaren egunsentiarekin
batera iluntasuna desagertuko dela inoiz existitu ez
balitz bezala!**

Jo nire bizitzako txirula

**Jaun maitea, lagundu besoekin zure seme-
alabei**

**Hitz egin nire ahotsarekin eta erabili nire
adimena besteak inspiratzeko**

**Arnastu nire arnasarekin, zu baitzarete nire
bizitzako txirulan zure betiko melodiak jotzeko gai
den bakarra.**

Zure su kosmikoaren txinparta bat naiz

**Sorkuntzaren hasieran, sorkuntzaren txinpartak
zure bularreko suzкотik atera zirenean, planeta-
argien koruarekin abestu nuen, zure munduen
sorreraren berri ona aldarrikatzen zuena.**

**Zure planetako suaren txinparta betierekoa
naiz**

**Oi, Bihotz Jainkotiar maitekor eta
pazientziatsua! Lagundu iezadazu gure arteko
maitasun eta adiskidetasun ituna berritzen —
meditazioaren bidez—. Utzi konturatzen nire
hedapen sakraturako bidaia bedeinkatuan —bizitzaz
bizitza— zu eta nire gida espirituala izan zaretela,
eta beti izango zaretela, nire betiko eta betiko
lagunak.**

Zoriontasunaren kontzientzia.

**Noski, Jainkoa zoriontasuna dela diodanean,
betiko presente dagoela eta bere existentzia
bedeinkatuaren kontziente dela ere esan nahi dut.
Eta betiko zoriontasuna edo jainkozko presentzia
bizitzeko irrika dugunean, zalantzarik gabe, betiko
existentzia aldaezin bat eta zoriontasun horren**

etengabeko kontzientzia edo sentimendua nahi ditugu.

Aurreko hitzaldietan, argudio arrazionalen bidez, erakutsi dugu denok -gorenetik baxuenera- zoriontasuna bilatzen dugula, eta gai hau onartutako egitate bihurtu da pertsonen ekintzak eta motiboak aztertzerakoan.

Birformula dezagun argudio hau apur bat: Demagun izaki goren bat etorriko balitzaigu eta lurreko herri guztiei esango liekeela: "Gizakiok, betiko atsekabeak eta amaigabeko minak emango dizkizuet betiko existentzia batekin. Onartuko al dituzue?". Noski, inork ez luke horrelako eskaintzarik onartuko, denek nahi baitute betiko zoriontasuna betiko existentzia batekin. Giza motibazioak aztertzeak erakusten du gizaki orok zoriontasuna izan nahi duela.

Era berean, inork ez du suntsipena edo auto-suntsipena nahi, horien iradokitze hutsak izua eta ikara pizten baititu. Denek nahi dute iraunkortasuna, baina existentzia horren kontzientziarik edo kontzientziarik gabe betiko existentzia eskainiko balitzaigu, ukatuko genuke. Inork ez du existentzia inkontziente bat nahi. Denok nahi dugu amaierarik gabeko existentzia kontziente bat.

Orain, zer da Jainkoa? Jainkoa zoriontasuna edo poz gorena ez balitz, Harekin bat egiteak ez baligu poza ekarriko, edo gure mina arinduko ez balu, ez genuke hura desiratuko, ezta harengana joko ere. Jainkoa guretzat alferrikako zerbait balitz, ez genuke harengana hurbildu nahi izango. Zertarako balio du guretzat ezezagun den Jauna baten ideiak, zeinaren presentzia ezin dugun gure baitan edo gutxienez gure bizitzako alderdi batzuetan sentitu?

Jainkoaren inguruan dugun kontzeptu mentala edozein dela ere, adibidez: (gorena da edo gure baitan eta gure inguruan existitzen da), kontzeptu hori anbiguotasunez eta misterioz inguratuta eta estalita geratzen da, haren existentzia ere sumatzen ez badugu behintzat.

Jainkoaren ulermenean eta haren esperientzian dugun nahasmen eta anbiguotasun honen ondorioz, ez gara gai haren garrantzia ulertzeko eta erlijioarentzat duen balio praktikoa ulertzeko. Ikuspegi lauso honek ez du nahikoa konbentzimendu sortzen gure baitan, eta, beraz, ez du gure bizitza aldatzen, ezta gure portaera nabarmen eragiten ere, ezta Jainkoa ezagutzeko beharrezko ahalegina egitera motibatzen ere.

Eta zer dio munduko erlijioak Jainkoari buruz? Dioenez, Jainkoaren existentziaren froga gure baitan dago. Barne-esperientzia bat da. Gogoratu behar duzu gutxienez une bat zure bizitzan, otoitzean edo erregutzean, non sentitu duzun muga eta oztopo fisikoak desagertu egin direla edo ia desagertu direla, eta maitasun eta gorroto txikiak, plazerra eta mina gutxitu egin direla zure gogoan, eta poza eta bakea isurtzen direla zure bihotzetik, eta lasaitasunaz gozatzen duzula, ezerk ez baitzuen asaldatzen poz eta asebetetzerik.

Halako esperientzia sublime bat ez zaio normalean guztiei ematen, baina ez dago zalantzarik gutako bakoitzak, noizbait, otoitzean, gurtzan edo meditazioan izan, estasi espiritual eta bake hutsezko une batzuk bizi izan ditugula. Ez al da hau Jainkoaren existentziaren froga? Zer beste froga zuzen eskain dezakegu Jainkoaren existentziaz eta izaeraz, zintzotasunezko otoitzean edo bihotzez gurtzean geure baitan sentitzen dugun poza baino?

Jainkoaren existentziaren froga kosmikoak egon arren —efektutik kausara, mundutik munduaren Sortzailearengana—, argumentu teleologikoa ere badago (naturaren xedearen bilaketarekin lotuta), plan kosmikoetatik eta plan horietara egokitzetik, plan eta egokitzapen guztien sortzailea den Intelektu Unibertsalera. Argumentu morala ere badago: kontzientziatik eta perfekzio zentzutik, gure aurrean gauden Izaki hutsezin horretara, gure betebeharren eta erantzukizunen erantzule. Hala ere, onartu behar da argumentu hauek arrazoiketa intelektualaren produktuak direla, maila desberdinetan, ezin baitugu Jainkoaren ezagutza osoa edo zuzena izan gogoaren botere mugatuen bidez.

Pentsamenduaren gaitasunak, edo adimenak, gauzen ikuspegi zatikatu eta zeharkakoa eskaintzen du. Zerbait intelektualki hautematea ez da harekin bat eginda ikustea, baizik eta bereizita ikustea. Hala ere, intuizioa da egia hautemateko bide zuzena. Intuizio honen bidez, kontzientzia zoriontsua edo jainkozko kontzientzia lor daiteke.

Ez dago desadostasunik kontzientzia zoriontsuaren eta Jainkoaren kontzientziaren existentzia absolutuari buruz, kontzientzia zoriontsua dugunean, gure indibidualtasuna edo gure nortasun mugatua eraldatu eta aldatu egin dela sentitzen baitugu, eta maitasunaren eta gorrotoaren, plazerraren eta minaren dualtasuna gainditu dugula, ohiko kontzientziaren egoera mugatuak argi eta garbi agerian geratzen diren mailara iritsiz. Barne-hedapena eta gauza guztiekiko enpatia integrala ere bizi ditugu. Egoera honetan, munduko zarata desagertzen da, zirrara desagertzen da, eta gure baitan sortzen da existentziaren batasunaren sentsazioa eta argi kosmikoaren ikuspegi garbia.

Ezpurutasun eta desbideratze guztiak ezerezean desegiten dira, eta beste eremu batera joan garela sentitzen dugu: zoriontasun iraunkorraren eta amaigabeko betikotasun zoriontsuaren iturrira. Ez al da, orduan, kontzientzia zoriontsua Jainkoaren kontzientzia, zeinaren bidez agertzen diren aipatutako ezagutza-egoera guztiak?

Argi dago, beraz, Jainkoa zoriontasun gisa uler daitekeela soilik giza esperientzia baketsu eta alaiaren eremura eramaten badugu. Orduan, Jainkoa ez da gehiago teoria intelektualen menpeko hipotesi hutsa izango. Ez al ditu Jainkoaren ideia honek beste guztiak gainditzen? Gure bihotzetan agertzen da kontenplazioaren zoriontasun gisa, otoitz sakonean eta gurtza zintzoan. Zoriontsua arima lasaia duena!

Jainkoa modu honetan ulertzen badugu —hau da, zoriontasunaren gorpuzte gisa—, orduan erlijioa behar unibertsal bihur dezakegu, inork ez baitu ukatzen zoriontasuna lortu nahi duenik. Eta norbaitek bide egokietatik lortu nahi badu, erlijiosotzat hartzen da Jainkoarekiko duen hurbiltasunagatik eta Haren kontzientziagatik, Jainkoa bihotzetik gertu dagoela deskribatu baitugu zoriontasunaren gorpuzte gisa.

Zoriontasun sentimendu honek, edo jainkozko kontzientzia honek, gure ekintza eta izaera guztiak zeharka ditzake, uzten badiogu. Eta mantentzeko gai bagara, lur honetako pertsona bakoitzaren ekintzen eta motiboen balio erlijioso erlatiboa epaitu dezakegu.

Behin bakarrik konturatuko bagina zoriontasun kontzientzia lortzea gure erlijioa, gure helburua eta gure azken xedea dela, orduan munduko erlijio ezberdinen irakaspen, gomendio eta debekuen esanahiari buruzko zalantza guztiak desagertuko lirateke. Dena interpretatuko litzateke irakaspen

horiek agindu eta dekretatu ziren garapen-etaparen argitan. Egiaren argia distira egingo luke, existentziaren misterioak agerian geratuko lirateke eta gure bizitzako xehetasunak, haien ekintza eta motibazio anitzekin, argituko lirateke. Errealitatearen eta ilusioaren, esna egotearen eta ametsen artean bereizteko gai izango ginateke. Gizateria hainbestetan engainatu eta pertsonen artean oztopoak eraiki dituzten ohitura eta tradizioen alferrikakotasuna ere ikusiko genuke. Gainera, erlijioa modu honetan ulertuko balitz, mundu honetako inork ez luke —gazte edo zahar— praktikatzeko gai izango, ikaslea, langilea, abokatua, medikua, ingeniaria, arotza, irakaslea, langilea, filantropoa edo bizitzako edozein posizio izan.

Erljioa behar sentimendua kentzea eta zoriontasuna lortzea bada, nork ez luke erlijioso bihurtu nahi izango, edo nork ez luke ahaleginduko maila handiagoan erlijioso izaten metodo eta modu zuzenak aurkezten bazaizkio?

Ez da hemen erlijioen aniztasunean jarri behar arreta. Munduko pertsona orok izan daiteke erlijiosoa bere erara, eta modu eraginkorragoan egin dezake bide eraginkorrak erabiliz. Hemen, ez dago diskriminaziorik klase edo sinesmen, sekta edo konfesio, janzkera edo klima, adin edo genero, lanbide edo estatus sozialagatik, hau erlijio unibertsala baita. Jainkoa erlijio eta sinesmen guztien oinarritzko zutabea den bezala, bera pozik aitortzea da erlijio guztietako profeten kontzientziaren hari komuna. Ez da pentsatu behar Jainkoaren ideia hau abstraktua denik edo gure itxaropen eta nahi espiritualekin zerikusirik ez duenik.

Jainkoa ez da gu bezalako izaki bat, gure horizonte mugatuekin eta giza ikuspegi finituarekin.

Gure existentzia, kontzientzia, sentimenduak eta sormen gaitasunak bere kontzientziaren eta zoriontasunaren itzalak baino ez dira. Bera presentzia absolutua eta transzendentea da, gure existentzia, kontzientzia eta sentimenduak, berriz, mugatuak eta arruntak dira. Gauza hauek mugagabeak dira Jainkoaren izatean; izan ere, transzendenteak eta infinituak dira.

Jainkoa bake perfektuan sentitzen dugu, eta zoriontasun-kontzientziaren bidez ezagutzen dugu. Zer froga gehiago dago haren existentziaren? Zoriontasun-egoera honetan, gure itxaropen eta nahi espiritualak Jainkoarengan betetzen eta gauzatzen dira, gure irrikek gurtza-objektu bat edo gurtza-objektua aurkitzen duten bezala.

Zoriontasunaren kontzientzian munduko poz eta atsekabeen gainera igotzen gara, baina ez dugu gure betebeharrak eta obligazioak betetzeko beharra gaitzen.

Autoezagutza duenak ziurtasunez daki Jainkoa dela existentzian dagoen agente bakarra, lorpenerako botere guztia Harengandik baitatorkigu. Deskonektatzea lantzean, ego txikia desagertzen eta gutxitzen da, eta munduko eszenatokian gure rola betetzen ari garela sentitzen dugu, zirkunstantzia positibo edo negatiboek, rol horiekin lotutako maitasunak edo gorrotoak psikologikoki eragin gabe. Bizitzako antzezlan honek ez du hasierarik ez amaierarik. Gutako bakoitzak Eszenatokiko Zuzendari Handiak esleitzen digun rola jokatu behar du kexarik edo haserrerik gabe, antzezlanarekiko maitasunagatik eta Zuzendariarekiko errespetuz. Zoriontasunaren kontzientzia lortzen dutenek mundua eszenatoki bat dela sentituko dute eta beren rola beren gaitasun eta trebetasun artistikoen

**arabera beteko dute, beti gogoratuz Eszenatokiko
Zuzendari Handiaren zuzendaritzapean eta
gidaritzapean ari direla lanean: Jainko
Ahalguztidunarena, existentziako ontasun eta poz
guztien iturria.**

Bakea izan bedi zurekin

Kontzientzia kosmikoaren zertzeladak

Gizona mundu honetan bakarrik bidaiatzen duen
ezezagun baten antzera agertzen da
Bereak direla uste dituen pertsonak ez dira benetan
Gure patuak bakoitzaren bidea zehazten du, eta inork
.ezin du beste gizaki bat kontrolatu edo bereganatu
Hala ere, ez gaude bakarrik mundu honetan, sustrai
sakon eta iraunkorrak dituzten harreman estu batzuk baitira,
.eta horietatik babesa eta poza jasotzen ditugu
?Nor dira guregandik hurbil dauden pertsona hauek
Ez dira beti gure familiako kideak, baizik eta
.adiskidetasun lotura sendoa sentitzen dugunak
Adibidez, badira sinesten ditudan printzipioak landu eta
hazi diren pertsonak. Eskertzen naute, eta nik haien
maitasuna eta errespetua itzultzen ditut, eta sentitzen dut
lotura bedeinkatuek ontasunean, maitasunean eta bakean
.batzen gaituztela
Balore eta ideal nobleekin elkarri laguntzeko eta
inspiratzeko beren bizitzak batzen dituzten gizon eta
emakume batek beren ezkontza maitasun
.baldintzagabearen oinarrietan eraikitzen dute
Senar-emazteen, gurasoen eta seme-alaben, lagunen,
norberaren eta beste guztien arteko maitasun puru eta
baldintzarik gabekoa lantzea mundu honetara ikastera etorri
.garen ikasgaia da
Benetako ezkontza laborategi bat da, non
berekoikeriaren, umore txarraren eta portaera txarraren

pozoiak pazientziaren probetan isurtzen diren, maitasunaren indar motibagarriaren eta nobleziaz eta duintasunez jokatzeko ahalegin etengabearen bidez gaitz horiek .neutralizatu eta aldatzeko

bikotekidearengan ezaugarri jakin batek (B) (A)

bikotekidearengan ezaugarri desegoki bat eragiten badu, orduan (B) bikotekideak konturatu beharko luke horretarako arrazoi bat dagoela, hau da, bere baitan ezkutatutako pozoiak agerian uztea, ezagutu eta kentzeko, eta horrela .bere izaera eta izaera garbitzeko

Senar-emazteek elkarri opa diezaioketen gauzarik

onena irekitasun espiritualak da, eta horrek ulermena, pazientzia, ardura eta maitasuna bezalako ezaugarri onak .dakartza

Baina kontuan izan behar dute hazkunde espiritualak ezin

.zaiola beste bati indarrez ezarri

Pertsona batek maitasuna bere baitan bizi eta bere ekintzen hizkuntzara itzultzen duenean, maite dituenek bere eragin ona sentituko dute eta maitasun eta errespetuz .erantzungo diote

Ezkondutako bikoteek ezkontzaren helburu nagusia ulertzen ez badute, baliteke ezkontza-bizitza zoriontsu bat ez .gozatzea

Gehiegizko sexualitatea, gehiegizko familiaritatea, zakarkeria mingarria, susmo txarrak, hitz eta ekintza iraingarriak, seme-alaben aurrean liskarrak, haserrea askatzea eta arazoak beste bikotekideari leporatzea dira .ezkontzaren oinarriak ahuldu behar ez diren gauzak

Senarrak eta emazteak elkarri leialak izan behar diote

eta bakoitzak ahal duen guztia egin behar du bestea .zoriontsu izan dadin ahal den moduan

Bizitzarako bikotekideek ez lukete elkar utzi behar

bikotekide batek joera espiritualik ez duelako, baizik eta bakoitzak ahalik eta denbora gehien eragin positiboa izan .behar du bestearengan

Ezkontza laborategi bikaina da sentimendu samurrak
eta elkarrekiko errespetua garatzeko
Borondate ona garatzeko, maitasuna ezpurutasunetatik
garbitzeko eta besteak zerbitzatzeko eta zoriontsu egiteko
.gogoeta berekoiak sakrifikatzeko eskola ere bada
Ezkontza-bizitzan, garrantzitsua da beste pertsonaren
ikuspuntua errespetatzea eta gai hutsalen inguruko liskarrak
eta liskarrak saihestea. Elkarrekiko errespetuak zoriontasuna
sortzen du, eta beste pertsonaren iritzia gutxiesteak, berriz,
.tentsio emozionala, haserrea eta giroa pozoitzea dakartza
Ezkontza arrakastatsu bat maitasun distiratsua,
adeitasuna, tolerantzia, enpatia, ulermen atsegina,
irekitasuna eta sentimendu delikatuak bezalako ezaugarri
.espiritual eta mental altuetan oinarritzen da
Senar-emazteek elkarrekiko maitasuna sentitu behar
dute eta ez dute sentimendu hori une jakin batzuetara
mugatu behar, bestela asperduraren, erresuminaren edo
baita elkarrekiko gorrotoaren eta agian dibortzioaren
.maldetan aurkituko dute beren burua
Maitasuna ahultasun fisiko edo mentala baino
indartsuagoa da, eta beraz, ez luke baldintzek mugatu
.behar
Maitasuna ezin zaio beste pertsona bati indarrez kendu,
bihotzetik bihotzera egindako opari espontaneo gisa onartu
.besterik ezin da egin
Maitasuna hazten eta loratzen da tolerantzia eta
konfiantzazko giro batean, eta hiltzen da jeloskortasun eta
.inbidiaren giro batean
Maitasuna hurbiltasunean bizi da - urruntasunean eta
hiltzen da okerreko familiartasunean
Eta Bere seinaleen artean dago zuen artean
bikotekideak sortu zituela, haietan lasaitasuna aurki
dezazuen; eta zuen artean maitasuna eta errukia jarri zituen.
.Horretan daude seinaleak hausnartzen duten pertsonentzat
{eta biak haragi bat izango dira}

Ezkontza zoriontsu bat izateko lehenengo eta
garrantzitsuena izpirituaren batasuna da: antzekotasuna
izatea joera eta helburu espiritualetan, eta helburu horiek
ikasketaren, ahaleginaren eta autodiziplinaren bidez lortzeko
.benetako nahia

Espiritu batasuna duten bikoteek euren ezkontza
arrakastatsua izan ahal izango dute, beste faktore batzuk
.eskuragarri ez egon arren

Ezkontza arrakastatsu baterako bigarren baldintza
interes intelektual, sozial, ingurumeneko eta bestelakoen
.antzekotasuna da

Hirugarren eta garrantzi gutxieneko baldintza,
normalean argitu gabekoen artean lehentasuna izan arren,
.erakargarritasun fisikoa da

Erakarpen fisikoak azkar galtzen du bere xarma eta
.indarra lehenengo edo bigarren baldintza betetzen ez bada
* * *

Mundu honetan aktibo izan behar dugu, eta lan
.erabilgarria eta eraikitzailea egin
Baina gure betebeharrak amaitutakoan, atsedena hartu
.eta lasaitasuna bilatu beharko genuke geure baitan
Gogoratu behar dugu, halaber, gure nerbioek atsedena
eta lasaitasuna behar dituztela bizitasuna berreskuratzeko
.eta energia berritzeko

Nerbio-sistema lasaia badugu, egiten dugun guztian
arrakasta izango dugu, eta gainera, geure buruarekin eta
.Jainkoarekin bat etorriko gara
* * *

:Jarraitzaile talde bati esan zion
Zure bizitzaren kopa gainezka eta jainkozko presentziaz
saturatuta dago, baina zure arreta faltagatik ez duzu
presentzia bedeinkatu hori sentitzen
Irrati-emanaldi bat entzuten duzunean, Jainkoarekin
.harreman estuan zaudela sentitzen duzu

Botila bat itsasoko urez betetzen baduzu, kortxo batekin
ondo ixten baduzu eta gero itsasora botatzen baduzu,
botilaren barruko ura eta itsasoko ura ez dira nahastuko.
.Hala ere, kortxoa kentzen baduzu, berehala nahastuko dira

Beraz, axolagabekeriaren eta axolagabekeriaren tapoia
kendu behar dugu gure kontzientziaren botilatik, jainkozko
.presentzia ukitu aurretik

Paradisurako eta Zoriontasunerako Giltza
Zorionez, edonoiz eta edonon has gaitezke falta
.zaizkigun ezaugarri positiboak garatzen arreta jartzen
Borondate falta badugu, alderdi hori jorratzean zentratu
gaitezen, eta ahalegin kontzientearen bidez, gure
borondatea indartu ahal izango dugu Jainkoaren
.laguntzarekin

Beldurretik askatu nahi badugu, ausardiaz pentsatu
behar dugu, eta beldurraren atzaparretatik askatuko garen
.unea iritsiko da

Laburbilduz, egin behar dugun guztia ezabatu nahi
ditugun pentsamendu kezkarriak pentsamendu positibo
eta eraikitzaileekin ordezkatzeko da. Hau da zoriontasun eta
arrakastaren paradisurako gakoa, eta erabili nahi duen
.edonorentzat eskuragarri dago

* * *

Batzuek pentsa dezakete ezinezkoa dela gorrotoa
gainditzen saiatzea eta jakintsuek bizi izan eta aldarrikatu
duten jainkozko maitasunaz gizateria inspiratzea, baina
behar handia dago norabidea aldatzeko eta gorrotoa
.maitasunarekin ordezkatzeko

Ideologia ateoek zeruko legeen aurka borrokatzen dute
eta kontzeptu espiritualak jendearen arimetatik kanporatzen
saiatzen dira, eta mundua basati eta azkar doa helmuga
.ezezagun baterantz

Ekaitz bortitza geldiarazten saiatzean, batzuetan
ozeanoan igerian dabiltzan inurri txikiak bezala agertu

gaitezke, baina ez ditugu gutxietsi behar Jainkoak
gizakiarengan jarri dituen onaren indarrak, ezta guk egin
.dezakeguna gutxietsi ere
Munduko sufrimendua ezabatuko duen gauza bakarra —
dirua edo beste edozein baliabide material baino gehiago—
meditazioa eta meditatzaileek sentitzen dituzten
.kontzientzia espiritualaren olatuak bidaltzea da
Borondate oneko eta borondate oneko mezuak zabaldu
behar ditugu munduan, Jainkoaren gizateriarekiko plana
ulertzen saiatu eta bere borondate unibertsal jakintsuarekin
.harmonian lan egin
.«Esan nion: «Jaiki zaitez
Zure esperientzia guztiak irribarrez eta Jainkoarengan
konfiantzaz igarotzen badituzu, zalantzarik gabe zure
gogoan sartu gabe, ikusiko duzu nola funtzionatzen duen
.jainkozko legeak
San Frantziskon hitzaldi-bira bat ,[1920ko hamarkadan]
antolatzen ari nintzela, 200 dolar besterik ez nituen
bankuan, eta ez zen nahikoa bira hasteko ere, eta ordaindu
:beharreko faktura handiak zeuden, beraz, esan nuen
Jainkoa nirekin dago. Zeregin hau eman dit eta"
lagunduko dit betetzen, egiten dudana lana berarentzat baita,
."eta ziur asko lagunduko dit eta gauzak erraztuko dizkit
Mundu osoak abandonatzen bazaitu ere, eta ziur
badakizu Jainkoa zurekin dagoela, haren legeek mirariak
.egingo dituzte zuretzat
Nire idazkaria etorri zitzaidanean eta bankuan nuen diru
kopuruaz hitz egin nionean, harrituta geratu zen eta lurrera
.erori zen
.«Esan nion: «Jaiki zaitez
Dardarka erantzun zuen: «Kartzelara joango gara zor
.«!ditugun fakturak ordaindu ezin ditugulako
Esan nuen: "Ez gara kartzelara joango. Zazpi egunetan
izango dugu hitzaldi-bira honetarako behar dugun diru
."guztia

Zalantzak piztu zitzaizkion barruan, nire fedea tinko
mantendu zen bitartean

Ez nuen dirurik behar inolako irabazi edo helburu
pertsonaletarako, baizik eta mezu jainkotiar bat zabaltzeko.

Beldurra ez zen nire bihotzean sartu, zailtasun asko izan
.arren, eta esan dezaket beldurrak beldurra didala
Zeren beldur zara? Ezerk ez zaitu beldurtu behar. Aurre
egin arazo guztiei Jainkoarenganako fede sendoarekin, eta
.garaipena zurea izango da
Bihotza Jainkoarengan murgilduta dagoenean, pertsona
batek oztopo eta oztopo guztiak gainditu ditzake Jainkoaren
.laguntzarekin eta bedeinkapenekin

Aste hartan, Palace Hotelaren aurrean nindoala,
emakume adineko bat hurbildu zitzaidan eta esan zidan:
."?"Hitz egin al dezaket zurekin

Hitz batzuk trukatu genituen, eta sarrerarik gabe esan
"?zidan: "Diru asko daukat, lagundu al dizut
Nik erantzun nion: «Ez dut zure dirurik behar, eta
zergatik eskaintzen didazu dirua ezagutzen ere ez
.«?nauzunean

Hark erantzun zuen: "Baina ezagutzen zaitut, asko
."entzun dut zure berri
Berehala 27.000 dolarreko txkeka idatzi nuen (kopuru
handia garai haietan), eta Jainkoaren eskua ikusi nuen
.atzean

* * *

Pertsona batek intuizioa edo intuizioaren gaitasuna
garatzen ez badu, erabaki okerrak hartuko ditu, negozio-
bazkide desegokiak aukeratuko ditu eta harreman pertsonal
.okerretan sartuko da

Zentzumen-pertzepzioaren epaia batez ere adimenak
zentzumenen bidez jasotako informazioan oinarritzen denez,
itxurak zentzumenak engainatzen baditu, norbait pertsona
zoragarria dela sinetsi daiteke, barruan zer dagoen jakin
.gabe

Edo bikotekidea -edo bizitzako bikotekidea- aurkitu
duela pentsa dezake eta ezkontza-harreman batean sartu,
eta horrek bizitza zorigaiztoko batera eramanez
.dibortzioan amaitu dezake

Baina intuizioak ez ditu inoiz halako akatsak egiten; ez
dio begiratzen begietako indar magnetikoari edo norbaiten
aurpegi erakargarriari, baizik eta zehaztasunez sumatzen eta
hautematen du bihotzaren sakonean pertsona horren
.benetako izaera

Anbizioa espiritualizatzea

Ez ditut inoiz ahaztuko neure buruarentzat beroki bat
erostera joan nintzen denda handi bateko saltzaile batek
.esan zizkidan hitzak

Esan zuen: "Jauna, ez dizut ezer saldu nahi, zehazki zer
."behar duzun jakiten saiatzen ari naiz

Gizon jator horrek ez zuen bere berokirik garestiena
saltzen saiatu, baizik eta alde guztietatik egokitzen zitzaidan
.beroki merkeago bat erakutsi zidan

Lasaitu egin nintzen behar nuena prezio arrazoizko
batean lortzean

Horrela, bere enpresaren ohiko bezero gisa ziurtatu
.ninduen

Jendeak elementu espirituala sartu beharko luke bere
anbizio praktikoetan eta kontuan hartu beharko luke bere
kideen beharrei zerbitzu egokia eskaintzea

Ez da nahikoa pertsona batek zerbitzuak eskainiz eta
trukean dirua jasoz dirua irabaztea, baizik eta dirua
irabazteko lan egitea eta behar publikoak asetzen dituzten
.instalazioak eta erakundeak sortzeko erabiltzea

Pertsona batek dirutza handiak irabazten dituenean eta,
aldi berean, bere bazkide eta langileei laguntzen dienean,
bere aberastasuna eta oparotasuna handitzen dira, eta
horrela, bere aberastasuna erabiltzen du beste batzuei
laguntzeko, eurek ere lagundu ahal izan dezaten. Honi
."deitzen diot "anbizioaren espiritualizazioa

Dirutza handiak seme-alabei uzten dizkieten guraso
aberatsek haien garapen-hazkundera oztopatzen dute,
.autoestimua eta lorpenen poza kentzen dizkiete

* * *

Jainkoak bere egia adierazpen anitzetan agertu du
zibilizazio, nazionalitate eta mentalitate indibidual
.independenteetan

Aniztasun handi honen bidez, Jainkoak gizakiaren
potentzial latentearen irudi aldakor eta anitza jarri digu
aurrian, eta gizakiaren betebeharra da barietate anitz
horietatik kalitate gorenak eta onenak ateratzea eta bere
.baitan, bere sorterrian eta bere munduan txertatzea
Hori egiten dute argitutako pertsonak garai eta leku

guztietan

Ehunka urte aurreratuago daude beren garaitik, eta
beren ideia irekien eta gero eta kontzientzia handiagoaren
bidez, egiaren oinarri unibertsalak erakusten dituzte,
.betierekoak eta denboratik kanpokoak direnak

Printzipio hauek dira bizitza zoriotsu baten benetako
artearen funtsa. Gizaki ororen arrakasta eta
zoriontasunerako funtsezkoak, aplikagarriak eta
.ezinbestekoak diren printzipioak dira

Herrien, nazioen, etnien eta doktrina ezberdinen arteko
desberdintasunek ez lukete pertsonen arteko zatiketak
iraunarazi behar, baizik eta konparaziorako eta gizaki eta
gizarte idealaren garapenean laguntzen duten ezaugarri eta
metodo onenak hautatzeko oinarritzko eredu gisa balio behar
.du

Autokonfiantza artea

Gutxi dira ondasunik gabe, edo behintzat diru eta
.osasun nahikorik gabe, zoriotsu izan daitezkeenak
Jende gehienak gauza batzuk behar ditu zoriotsu
sentitzeko, eta haien zoriontasuna kanpoko egoeren
araberakoa da, adimena ez baitago barne zoriontasun
.baldintzagabeaz gozatzeko trebatua

Pertsona batek pentsa dezake zoriontsu izango dela —
Jainkoak bedeinka zaitzala— behar duela uste duen guztia
lortzen badu. Baina nahiak nahia sortzen du, eta bere nahiak
biderkatzen jarraitzen duenak, Pleiadeak lurretik dauden
.bezain urrun aurkituko du asebetetzea

Zerbait erosi aurretik, ezin duzula gabe moldatu
sentitzen duzu eta ezinbestean eduki behar duzula, prezioa
edozein dela ere. Baina behin edukita, pixkanaka gutxitzen
da nahia, eta zerbait hobe pentsatzen hasten zara, eta
.abar

Arrakasta auto-asebetetzearen artea da: Benetan behar
duzuna lortu eta gero daukazunarekin konformatu
Langile eta langile askok dirua gastatzen dute
beharrezkoak ez diren gauzetan eta, ondorioz, zorretan itota
daude

Ezagutzen nituen gizon bat eta bere emaztea, hiri
bateko etxe eder batean bizi zirenak. Zerbait nahi zutenean,
berehala erosten zuten, baita kuotetan ere. Baina azkenean,
.etxe ederra izua bihurtu zitzairen

Ezin zituzten etxean pilatutako gauzen kuotak ordaindu,
beraz, behin esan nien: "Gauza hauek ez dira zuenak eta ez
dituzue jabetzen, kuotaka maileguan hartu dituzue. Beraz,
zergatik ez duzue zuen bizitza errazten bake eta gozamen
"?guztia suntsitzen dizueten kezka etengabe horiek gabe
Zorren ondorioz, azkenean dena galdu zuten, eta horrek
.bizitza sinpleago batera itzuli eta berriro hastear izan zituen

Badira desio osasuntsuak eta desio antzuak. Desio
osasuntsu eta baliotsuak zaldi garbi baten antzekoak dira,
iluntasun haran batera eraman beharrean, zoriontasun eta
asebetetze horizonte distiratsuetarantz eramaten
zaituztenak. Norberaren betebeharra da desioak aztertzea,
zoriontasunera lagunduko duten edo hartatik urrunduko
.gaituzten zehazteko

Materialismotik askatzen zaituen eta benetako
zoriontasunera hurbiltzen zaituen edozer gauza desira

osasuntsua da. Jakin ezazu benetako arrakasta desira
osasuntsuak izatean datzala, ez besteen kontura gauzak
.lortzean

Bide gaitzesgarrien bidez lortutako aberastasuna
gainazalean arrakastatsua iruditu daiteke, baina gehiegizko
aberastasun horrek arima tormentatzen du eta bakeaz
gabetzen du. Kontzientzia nahasia —barkatu esamoldea—
ederra dirudien baina urrats bakoitzean oina estutzen duen
.oinetako estu baten antzekoa da

Kontzientzia garbia duen pertsona bakean dago bere
buruarekin, besteekin eta Jainkoarekin. Zure kontzientzia
garbia bada, bakarrik egin diezaiokezu aurre munduko iritzi
publikoari, eta inguruko iluntasuna zenbateraino trinkoa izan
arren, Jainkoaren laguntzarekin, iluntasuna zure kontzientzia
.argituaren argiarekin zeharkatu ahal izango duzu

* * *

Ez dugu gizakien aintza eta laudoriorik behar, giza
.izaera aldakorra eta giza memoria epe laburrekoa delako
Jainkoaren estimua eta onespina da ahalegindu eta
bilatu behar duguna, pertsona baten balioa bihotzak
aztertzen dituenak eta sekretuak ezagutzen dituenak
.ematen dion onarpenaren araberakoa baita
Jainkoaren begietan garbiak eta jainkozaleak bagara,
hori da garrantzitsuena

Ekintza onak egiten ditugunean, batzuetan sufritu egin
behar izaten dugu, baina nekea, ondoeza, autodiziplina eta
buruko entrenamendua ez dira ezer lurreko inongo aintzak
parekatu ezin dezakeen zoriontasun espiritualarekin
.alderatuta

Iristen direnen poza handia eta berritua da, eta
bizitzaren helburua betiko zoriontasun horretara iristea da,
eta ideia noble orok gure azken helburura urrats bat gehiago
.hurbiltzen gaitu

Horrelako pentsamenduak arimaren ozeanoraino doan
ibai baten antzekoak dira, non bakea, poztasuna eta barne
.zoriontasuna dauden
aurrerapen

Ezjakintasunaren baso trinkoa hautsi dut
Eta argi-bide bat zizelkatu nuen barruan
Lehenik eta behin ahultasun eta ahultasun batzuk
azpimarratu nituen
Arantzazko desio erratzaren zuhaixkekin jarraitu nion
Sua are biziagoa bihurtu zen
Sugarrak igo ziren
Eta harrokeria irentsiz hedatu zen
Eta ezjakintasun agerikoa
Eta lizunkeriaren piztia amorratu eta basatiak erre ziren
Nire bidea egiten dudan heinean
Giza akats zaharkituen errautsen artean
Ezjakintasunaren basoa zeharkatu nahi duten
guztientzat bidea zabalduko dut
* * *

Besteekiko ditugun harremanetan, oso garrantzitsua da
haiek beren bizitzatik landu dituzten berezko ezaugarriak
.nabaritzea eta baloratzea
Besteak adimen irekiarekin aztertzen badituzu, hobeto
ulertu eta haiekin hobeto moldatuko zara, eta nor den
zurekin ari den pertsona eta nola jokatu harekin jakin ahal
.izango duzu
Ez hitz egin filosofo batekin zaldi lasterketei buruz, ezta
.zientzialari batekin etxeko lanei buruz ere
Beste pertsonari zer axola zaion jakin eta horretaz hitz
.egin beharko genuke, ez nahitaez geure buruaz
Gizon eta emakumeen arteko lehia
Badirudi betidanik egon dela lehia gizonen eta
emakumeen artean, baina funtsean berdinak dira, eta ez
.bata ez bestea ez da bestea baino hobea

Pertsona batek harro egon beharko luke bere barne-
balioaz eta Jainkoak berarengan jarri dituen indar moral eta
.funtsezko ezaugarriez
Gizonak argudiatzen du emakumeak emozionalak eta
inpultsiboak direla eta ezin dituztela gauzak arrazoiz eta
.jakinduriaz kudeatu
Emakumeak kexatzen da gizona ez dela gai hura
.ulertzeko eta bere sentimenduak estimatzeko
Baina emakumeak gai dira pentsamendu logiko sendoa
izateko, nahiz eta emozioa izan haien izaeran dagoen
.indarrik indartsuena
Eta gizona sentitzeko gai da, arrazoa bere bizitzan
.nagusi den arren
Helburua arrazoiaren eta emozioaren arteko oreka
sortzea da, batek ere ez dezan bestea gainditzen edo bere
.eginkizuna ezeztatzen
Oreka hori bi generoek elkarrengandik ikasiz lor daiteke
.adiskidetasunaren eta ulermenaren bidez
Argituetan, gizonezkoen eta emakumezkoen
ezaugarrien nahasketa zoragarria aurkitzen dugu. Eta
arrazoiaren eta emozioaren arteko oreka perfektu batera
iristen garenean, lur honetara etortzeko arrazoi izan garen
.ikasgai bikainak ikasi ditugu

* * *

Pultsu espiritualak
Argi kosmikoaren txinparta bat naiz
Nire funtsezko nia ez da odola eta hezurra
Aitzitik, jainkozko eguzkiaren izpi bat da
Burua fokatzeko gaitasuna garatuko dut
Liburu eta material onak irakurriko ditut
Eta sakonago hausnartuko dut
Eta guztiaren gainean
Nire arimaren itsasoan murgilduko naiz
Eta Jainkoak bertan jarri dituen sekretuak hausnartzen
ditut

Eskatzen dizut, Jauna
Nire jardueran isla aurkitzea
Eta nire hausnarketan dagoen jarduera bat
Beraz, nire bizitza osoan
Maitasun eta leialtasun opari bat zuretzat
?Aurkitu al zaitzaket
?Nire bihotzeko santutegian izan ezik
Anaitasun maitasunaren arrosak landatuko ditut
Adiskidetasunaren eta leialtasunaren lurzoruan
Jauna, esnatu gaitzazu gure lo kronikotik
Aitor dezagun zure presentzia arrazoiaren argitan
agerian

Eta jakinduriaren zuzietan distira eginez
Jainkozko maitasunaren putzuan freskatuko naiz
Hausnarketaren hormen atzean ezkutatuta
?Zer bizitza da nire zainetan dabilen hau
?Jainkozko iturririk ez izatea zilegi al da
.Emisioaren kontzeptua
!Pentsamenduak ez du mugarik edo amaierarik
Hitz atsegin orok izaera unibertsaleko kontzeptu bat
adierazten du, hitz atseGINEK eta pentsamendu garbiek
.jainkozko iturria baitute
Ideia bikainen olatu asko daude egiaren itsasoaren
bularrean dantzan
Gure adostasunaren adierazpen intelektualak ulermen
eta ezagutzaren ozeanoko olatuak dira
?Zer esan nahi du emanazioak
Bizitzaren berritzea eta maila altuagoetara igotzea da
?Zer da altxatua eta nola altxatzen da
Bizitzaren berritzearen esanahia ulertu behar dugu.
Izaten den guztia aldaketa eta eraldaketa prozesu bat
.jasaten du
Aldaketa hauek kaltegarriak edo onuragarriak dira
aldatzen ari den gauzarentzat

Adibidez, edalontzi zikin bat hartu eta lurrera gogor
?jotzen badut, aldatuko da, ezta
Baina aldaketa hori ez da onuragarria; aitzitik,
.suntsitutako gauzari kalte egiten dio
Baina beira garbitzen baduzu eta garden eta distiratsu
.bihurtzen baduzu, orduan aldaketa onuragarria izango da
Beraz, emanazioak edozein aldaketa onuragarri esan
.nahi du, gauza fisikoetan edo gizakietan izan
jarduera sortzailea

:Hiru pertsona mota daude sormen-espirtua dutenak
Ezohiko kategoria - apartekoa
klase ertaina
eta ohiko kategoria

Asko dira kategoria hauetan sartzen ez direnak
:Pertsona batek bere buruari galdetzea gustatzen zaio
Saiaitu al naiz zerbait berria eta bakarra sortzen, neure"

"?buruari eta besteei mesede egingo dien zerbait
Hori da jarduera sortzailean aritzeko abiapuntua
Hori pentsatu ez badu, orduan sortzaile izateko
gaitasunik ez dutela uste dutenetakoa da, nahiz eta haren
osagaiak izan, baina subkontzientetik sartu zaizkien
iradokizunek konbentzitu dituzte distantzia handiak daudela
.haien eta sormenaren artean

Bizitzan zehar somnanbulu baten moduan doanak bere
:burua esnatu behar du, bere buruari baieztatuz
Gizakiaren dohain handiena daukat, sormenaren"
"espirtua

Pertsona orok du gaitasun eta ekimen txinparta bat, eta
horrek zerbait berezia sortzeko aukera ematen dio. Hala ere,
ingurunearen eragina hipnosiaren antzekoa da, eta giza
kontzientzia mugatua erraz engaina daiteke pertsona bat
ingurumen-eragin negatiboen aurrean erne eta erresiliente
.ez badago

Bere buruari esaten dionak, "Bide guztiak zapalduak eta
jendez gainezka daude, beraz, zertarako saiatzeak?",

erabakitasuna galarazten duen mundu-kontzientzia baten
eragin hipnotikoaren menpe erortzen uzten du bere burua,
eta horrek azaltzen du zergatik jende askok ez duen
bizitzako alderdi guztietan arrakastarik lortzen sormen-
.espiriturik ez dutelako

Pertsona batek bizitzako esperientzietara egokitu behar
du bere kontzientziak agintzen dionaren eta bihotzak
iradokitzen dionaren arabera, eta ez du jokatu arretaz
.pentsatu gabe

Bere baitan fede sendoa duenak, Jainkoak areagotuko
dizkio fedea, indarra eta bizitzan nahi duena lortzeko
.determinazioa

Jainkoarengan konfiantza sendoa dut eta haren
laguntzan sinesmen sendoa dut, beraz, bedeinkatu nau indar
espiritual bedeinkatu batekin, borondate menderaezin
batekin, beti aukerak sortu dizkidana niretzat, ateak ireki
dizkidana eta bide ugari zabaldu dizkidana nire aurrean,
.bere graziari esker

Benetako eta iraunkorra den zoriontasuna

Jainkoarengan bakarrik dago

Jainkozko ezagutza altxorra da; aurkitzen duenak ez du
beste ezer nahi

Jainkoarengan, eta ez beste inon, dago segurtasuna.

Bera da beldur eta kezka guztietatik ihes egiteko babesleku
.eta ihesbide bakarra

Bestela, ez dago benetako segurtasunik mundu honetan

Beraz, ahalegin guztiak egin behar dira hura ezagutzeko

eta berarekin komunikatzeko goizez eta gauzez, eta egiten
.dugun lan guztietan eta betetzen ditugun eginkizunetan

Jainkoa dagoen lekuan, ez dago beldurrik edo

atsekaberik

Bera ezagutzen dutenak ez dira munduko gertaerek

astintzen, ezta hainbat hondamendik ere, seguru eta

.babestuta baitaude Jainkoaren presentzia eta babesagatik

Erregu

Ai, Jauna

Nahiz eta zure maitasunaren argia batzuetan munduko
gaitzek ilundu egiten duten

Baina gogor ari gara lanean zure argia erakusteko
Zure argi bedeinkatuaren distirak isurtzen jarrai dezala
Ilunpearen artean distira egiten du eta erabat uxatzen

du

Zure botere loriatsua nire izateaz blaitzen sentitzen dut

Zure laguntzarekin eta bedeinkapenekin, ontasuna

maite dutenek egin dezakete

Munduko gaitzak gainditzea

Eta zure maitasuna botere handiena izaten jarraitzen du

Buruetan eta bihotzetan txertatu behar dena

.Gerrak desagerrarazteko

Nahasmenduak eta ezinegona

Gizateriaren mina sentitzen dut

Giza sufrimendua arintzeko ahal dudana guztia egin nahi

dut

Bedeinka gaitzazu, Jauna, zure maitasunaren eta zure

.argiaren zuziak piztu ahal izan ditzagun

Noranahi biratzen garen eta nora goazen

Maite zaituztenekin egon nahi dut

Eta zure izen santuena entzutea gozatu nahi dut

Nire bihotzeko lehen eta azken maitasuna zara

Bedeinka itzazu guztiak zure maitasuna eta aintza senti

dezaten

Utzi ditzagun alde batera anbizio hutsalak eta amets

fantastikoak

Zure maitasun miragarritz beteta gaude

Zure maitasunaz eta zure mirariak kontatu nahi dizkiet

besteei

Txertatu guregan zure maitasunaren etengabeko

kontzientzia

Eta zure jainkozko presentzia ukitzeko premia nahia

Utzi dezagun alde batera zuregandik uxatzen eta
urruntzen gaituen guztia
Zu bakarrik zara betiereko, betiereko eta absolutu egia
Ez dago bizitzarik zu gabe
Askatu denak, ni askatu zenuen bezala
Eta eskerrak ematen dizkizut nire arimaren sakonetik
Poztasun bedeinkatu hau emateko
Gau eta egun laguntzen didana
Jarduera lasaia eta isiltasun aktiboa
Pertsona batek ez luke bere denbora dirua irabazten
bakarrik eman behar, baizik eta ariketa fisikoa egiten,
irakurtzen, meditatzen, Jainkoa maitatzen eta modu lasai eta
.lasaian jokatzeko ere
Isil-isilik aktibo izaten ikasi behar dugu, eta gure
eguneroko jarduerak Jainkoaz pentsatzeak eta barne-
.ikuskerak ekartzen duen lasaitasun horrekin kargatu
Gure lana betebeharrarekiko maitasunagatik egin behar
dugu, eta emaitzak oreka mentalarekin onartu, arrakasta
.gutxietsi edo porrotak frustratu gabe
Jauna, eskatzen dizugu bakean bizitzeko laguntzeko zure
egia gure gida, lider eta tutore den mundu batean, anai-
arriben arteko maitasunean bizi gaitezen eta gure
gorputzak, adimenak eta arimak modu orekatuan garatu
ahal izan ditzagun, zure zeruko bakea gure bizitzaren eta
.eguneroko jardueren bidez ager dadin
Osasunaz, gaitasunez, eraginkortasunez eta jakinduri-
bedeinkatuta, gure kideak inspira ditzagun beren izaera
.findua eta ezaugarri nobleak azaleratzeko
Zure maitasunaren argia distira dezala gure irrika
aldarean
Eta utzi iezaguzu zure maitasuna bihotz guztietan
esnatzeko gaitasuna
* * *

Ikasleetako batek barne bakea lortzeko modurik onenari
:buruz galdetu zuen, eta irakasleak esan zuen

Lan egin kanpora ateratzen diren antsietate-
pentsamenduak baretzeko eta pentsamendua barrurantz
.zuzentzeko

Lan egin zure pentsamenduak eta nahiak zure baitan
.dauden datu nahiko eta osoekin harmonizatzen
Orduan, harmonia gozo bat sentituko duzu zure izatea
.zeharkatzen eta zure bizitza eta natura osoa biltzen
Zure itxaropenak eta espektatibak berezko harmonia
honekin bat badatoz, bizitzako bideetan leunki eta erraz
.ibiliko zara eta bakearen hegoetan hegan egingo duzu
Eta honetan datza arimaren bizitzaren sakontasuna eta
edertasuna

* * *

Batzuetan ideiak hitzak baino eraginkorragoak dira
Giza adimena da guztien artean igorle eta hartzaile
indartsuena

Pentsamendu positiboak etengabe zabaltzen badituzu
eta maitasunaren energiaz kargatzen badituzu,
.pentsamendu horiek inpresio ona utziko dute besteengan
Era berean, inbidiaz edo gorrotoz betetako
pentsamenduak askatzen badituzu, beste batzuek
pentsamendu horiek jasoko dituzte eta antzeko
.pentsamenduekin erantzungo diete

Jainkoari eskatzen diot zure ahaleginak bere indar eta
bedeinkapenekin babesteko

Adibidez, senarra bide onetik aldentzen bada, emazteak
Jainkoari eskatu beharko lioke senarrari laguntzeko eta
jeloskortasuna eta haserrea bihotzetik kentzeko, eta
.senarrari bere akatsaz jabetzeko eta bide onera itzultzeko
Otoitza zintzoa bada eta asmoak garbiak badira, nahi
.den aldaketa gertatuko da Jainkoaren laguntzarekin

* * *

Askotan borondate-indarra erabili izan dut niri erasotzen
saiatzen ari zen ohitura bat gainditzeko

Janari mota batzuk jaten ari nintzela eta mota horien
irrikak mugatzen ninduenean, janari horietatik aldendu
.nintzen, haien irrika desagertu arte
Singapurrera joan nintzenean, fruta goxo bat aurkitu
nuen han, baina neure burua zaindu nuen haren irrika ez
sortzeko, konturatu bainintzen arreta jarri eta neurriak hartu
ezean, goizez, eguerdiz eta gauez haren gogoa izango nuela,
.eta horrela mugatzen dugu geure burua
Egun hartan frutaz asko gozatu nuen arren, ez nuen
faltan bota eta ez nuen damutu hurrengo egunean ez
.egoteaz
Gustuko ditugun gauzetan zentratzen bagara, ez dugu
ezer beldurtzeko. Gure askatasuna beste edozeren gainetik
.mantendu behar dugu
Zerbait egingo ez dudala esaten badut, erabakia behin
?betikoa eta atzeraezina da. Ez al da hori askatasuna
Zein zoragarria den ohituraz edo besteek gu konbentzitu
nahi gaituztenean erantzunez ez jokatzeari, baizik eta
!jakinduriak agintzen duelako
Jakinduriak zerbait egitera konbentzitzen gaituenean, ez
gaitu ezerk eragotzi behar hori egitea, baldin eta jakinduriak
.gidatzen bagaitu
Ohitura onuragarri bat borondatearen eta jakinduriaren
bidez ezarri daiteke. Jakinduriak iradokitzen duen edozer
.gauza onartzeko gaitasuna dut
Gizaki gehienek jatorrizko ereduak edo arketipoak hain
finko bihurtu dira, ezen ezin baitituzte aldatu, baina
adeitasunaren eta autokontrolaren bidez ideiak malgu
.mantentzen dituztenek erraz alda daitezke hobera
Burua buztina bezain moldagarria izan behar da.
Jakinduriak malgutasun hori ematen du, eta horixe da
.besteek goza dezaten nahi dudana askatasuna
Pertsona bat ohituraren loturatik askatzen denean,
ikusiko du ez dagoela zoriontasun handiagorik aukera
.askearen eta auto-konbikzioaren argitan jardutea baino

Pertsona batek ez luke zirkunstantzien kolpeak,
zaplaztekoak eta garaipenak eman behar, baizik eta ahal
.duen guztia egin behar du zirkunstantziak gainditzeko
Borondate sendoa duenak zailtasun guztiak gaindituko
ditu Jainkoaren laguntzarekin

* * *

Ekintza fisiko orok badu bere pareko mentala
Gure indar fisikoa erabiltzen dugu ekintza batzuk
egiteko, baina ekintza horrek pentsamendua du jatorri, eta
.gida mental batek zuzentzen du
Lapurreta gaiztoa da; baina gaizto handiena lapurreta
mentala da, lapurreta fisikorako bidea zabaltzen duena,
.adimena baita benetako maisua
Pertsona batek saihestu nahi duen edozein ekintza oker
lehenik bere burutik kanporatu behar du
Ekintza fisikoan bakarrik zentratzen bazara, oso zaila da
kontrola lortzea
Arreta buruan eta ideia okerrak zuzentzean egon behar
da, eta orduan ekintza automatikoki, leunki eta arrakastaz
.egingo da

* * *

Bakean sentitzen zarenean
.Mugimendu guztietan
Zure gorputzaren mugimenduetatik
Eta bakea sentitzen duzu zure pentsamenduetan
Eta zure borondatean
Eta zure maitasunean
Eta bakean sentitzen da
Eta jainkozko presentzian
.Zure anbizioetan
Gogoratu zu zarela
Zure bizitza Jainkoarengana iritsi da
Laudorioak, kritika eta lausengua
Lausengua ona izan daiteke norbait ongia egitera
bultzatzen duenean, baina gaiztoa da zauri espiritualak

ezkutatzeko erabiltzen denean, usteldu eta, horrela, arima
.ezjakintasunaren gaixotasunarekin pozoitzeko
Jende gehienak lausengua maite du, askok ezia jatea
gustatzen zaion bezala, konturatu gabe zati bat pozoitsua
.izan daitekeela

Besteen hitz lausengarriez gain, gure pentsamenduek
askotan gure akats kaltegarriak justifikatzen dituzte eta
abszesu psikologiko handiak ezkutatzen dituzte, lehertu eta
.norberaren bizitza espiritual osoa pozoitu dezaketenak
Horrela, besteen lausenguak eta gure pentsamendu
erosoen xuxurlak atseginak dira entzumenarentzat, eta gure
.jakinduria lausengu-hitz pozoitsuen eskuetan erortzen da
Asko dira dirua, denbora, osasuna eta baita morala ere
borondatez eta nahita xahutzen dutenak lagun faltsuen hitz
.engainagarriengatik

Arima asko hondatu dira aholku jakintsuei jaramonik
egin ez dietelako eta maltzurkeria eta gaiztakeria zituen
.hizketa gozoaren tentazioari amore eman diotelako
Hobe da pertsona zintzo eta zuzen batekin infernuan
bizitzea hamar pertsona leun eta asmo txarrekoekin
paradisuan bizitzea baino. Lausengu-emaileek zerua infernu
bihurtzen dute, eta lagun on eta leialek, berriz, infernua
.zeru

Beti esan behar dugu egia, eta, aldi berean, saihestu
behar dugu besteak mintzea egiazkoak izan daitezkeen
baina gogorak diren eta emaitza positiborik ematen ez
.duten hitzekin

Adibidez, itsu bati "Itsua" esanez zuzentzen bazara,
esaten ari zarena egia izan daiteke, baina hizkera mota hori
ez da desiragarria eta sentimendu mingarriak eragiten ditu,
.beraz, estilo mingarri hori saihestu behar da
Ez da komeni kritikatu nahi ez duen norbait kritikatzeari,
baina lagungarria da kritika atseginak entzutea, eta
zoragarria da kritika gogorra baina zuzena irribarre batekin
.eta esker onarekin onartzea

Gizon jakintsu batek lagun bat zuen, oso kritikoa zena,
eta gizon jakintsuaren jarraitzaileak kritika horrekin
haserretu ziren. Egun batean, dizipuluetakoa bat pozik joan
zen bere irakaslearengana eta esan zion: "Poztu zaitez,
. "irakasle, zure etsaia, akats-egilea, hil baita
Jakintsuak negarrez hasi eta esan zuen: "Ai, zein galera
handia! Nire kritikari espiritual onena hil da, eta bihotza
. "hautsi zait
Jende gehienak ez ditu gustuko kritika eraikitzaile eta
sakonak, eta, horren ordez, dena sakrifikatu nahiago du
lausenguagatik eta jende jakintsuaren hitz zintzoetatik eta
. haien aurreikuspen zehatzetik aldentzen da
Pertsona batek noizean behin bere buruari galdetu
:beharko lioke
Hitz gozoek engainatu naute eta lausengu propioaren"
eskuek nire jakinduria mugatzen eta nire ikuspegia itsutzen
"!utzi al didate
Baztanga-mamuaren eta santuaren ipuina
Jainkoaren santu zintzoetako bat gau beranduan
meditatzen ari zela, baztangaren mamu beldurgarria agertu
:zitzaion bizi zen herrira sartzean, eta oihu egin zion
Geratu zauden tokian, mamua, eta itzuli etorri zaren"
lekura. Ez diezu kalterik egin behar Jainkoa gurtzen dudan
".herriko biztanleei
Mamuak erantzun zuen: "Hiru pertsona bakarrik hartuko
ditut, ez gehiago, karmaren legearen arabera eta nire
".betebehar kosmikoa betetzeko
Zaindariak azalpena nahi gabe onartu zuen
Hurrengo egunean hiru pertsona hil ziren baztangatik,
eta hirugarren egunean beste hainbat hil ziren, eta horren
ondoren egunero herritar batzuk gaixotasun izugarriaren
.biktima bihurtu ziren
Engainu handi baten biktima izan zela sinetsita, santuak
sakon hausnartu eta mamua deitu zuen. Agertu zenean,
:santuak errieta egin zion, esanez

Engainatu nauzu, Mamua, eta ez zenuen egia esan hiru"

".pertsona bakarrik eramango zenituela esan zenidanean
Mamuak erantzun zuen: "Espiritu Gorenaren izenean zin
.egiten dut egia esan dudala

Zaindaria esan zuen: "Hiru pertsona eramango
zenituela agindu zenidan, baina gaixotasunak dozenaka
.bizitza eraman ditu

Mamuak erantzun zion: "Jainkoaren laguna, hiru bakarrik
.hartu nituen, gainerakoak beldurrez hil ziren
Jakizue, lagunok -Jainkoak handitu dezala zuen
ezagutza- beldurrak bibrazio negatibo bat sortzen duela
pertsona baten baitan, modu batera edo bestera inguratuz,
kentzeko zailak diren soka ikusezinetan bilduz eta
ingurukoengan negatibo den guztia jasotzeko joera
handiagoa emanez, eta horrela uhin osasungaitzez
.inguratuta geratzen delarik

Kasu horretan, gaixotasuna, frustrazioa, etsipena,
zalantzak, sufrimendua, atsekabeak eta agian baita heriotza
.ere ekartzen ditu bere gain

Borondatea: Aktibatzaile Kosmikoa
Gorputzeko mugimendu orok borondate mugimendu bat
adierazten du

Borondate-indar sistemaren bidez, energia haririk gabe
bidaltzen da gorputzera, garunean gordetako energia eta
gorputza inguratzen duen energia kosmiko adimenduna
.erabiliz

Nekatuta zaudenean, gorputzari energia eman
diezaiokezu janez, oxigenoa arnastuz, ura edanez edo beste
.fluido batzuk erabiliz

Baina besoak eta gorputza tenkatzen dituzunean pisu
handia altxatzeko, energia sartzen duzu zure gorputzera
.ikusezin den borondate-indar baten bidez

Gorputza kontzienteki fokatuta estutzen duzunean
(tentsiorik gabe bibratu arte), adimenez hornitutako
.Jainkoaren energia kosmikoa ukitzen duzu

Honela sor dezakegu energia edo jarduera gorputzean,
ez gorputzetik kanpoko iturri materialetatik, baizik eta
gorputzaren barruan zein kanpoan ezkutatuta dagoen eta
.existitzen den jainkozko iturritik

Energia kosmikora sartzeko eta onura ateratzeko,
lehenik kontzientziaren eta materiaren, gorputzaren eta
arimaren arteko lotura falta aurkitu behar da. Lotura hau
aurki daiteke niaren benetako izaera eta jainkozko
.kontzientziarekin duen lotura fokatuz, meditatuz eta ulertuz

Bizitza karabana bat da
laz gurekin zeuden asko ez daude orain gurekin, eta
?nork daki nor egongo den hemen datorren urtean
Hori da bizitza, eta bere bidaia jarraitzen du Denbora
laburrean bidaiatzen dugun karabana bat da
Gure lagun batzuk galeraren zuloan erori dira, baina
jasaten dituzten minak gainditzen dituenean, karabanako
Jaunaren gidaritza eta norabidea bilatzen hasiko dira, lur
.honen Maisua ere badena: Jainko Ahalguztidunarena
Karabana honetan bananduta gauden arren, eta hasiera
eta amaiera misterioz inguratuta dauden arren, bizitzak
oraindik ere badu esanahi sakona: Jainkoa zintzoki
.bilatzearen garrantzia gogorarazten digu
:Mundu hau antzezlan batekin ere konpara daiteke
Bizitza hau pertsonaia batek kontatutako istorio bat da:"

".gaua estalkia da eta eguna jolastokia
Aktoreak ez dira ezerezetik sortzen. Badago eszenatoki
atzealde bat, eta beren paperak amaitu ondoren, aktoreek
ez diote bizitzeari uzten, baizik eta eteraren oihalaren atzean
.desagertzen dira atsedean bila
Jainkozko Antzerki Zuzendariaren planari jarraituz gaude
hemen, bizitzako etapa honetan gure paperak denbora batez
.antzeztu eta gero eszena uzteko

Ez gara heriotzaren zentzu tradizionallean hiltzen, baizik
eta denboraren oihalaren atzean desagertzen gara, antzerki
.kosmikoaren zuzendariaren norabideari jarraituz

Bizitzaren eszenatokian agertuko gara behin eta berriz,
emanaldia menderatu eta gure rolak behar bezala jokatu
.arte, jainkozko nahiaren arabera

Gure errendimendua hobetzen dugunean eta
Kudeatzaile eta Planifikatzaile Gorenaren nahia betetzen
dugunean ausardia galdu edo jainkoz ordenatutako planaren
xehetasunetan esku hartu gabe, ez dugu berriro saiatu
beharko, baizik eta betiko existentziaren egituran zutabe
hilezko bihurtuko gara, Zeruko Erreinuko bizilagun
.iraunkorrak

Betiko bertan biziko dira
Garaitzen duena, nire jainkozko tenpluko zutabe}
{egingo dut, eta ez da gehiago aterako

* * *

Hasieran zalantzan nengoen irakasle izateko,
eskakizunak eta inplikazioak izugarriak eta beldurgarriak
baitira, irakasleak kolpeen aringarri izan behar baitu, eta
asaldatuta eta nahasita sentitzen den unean, ezin baitie
.laguntza eskatzen diotenei lagundu
Benetako irakasle batek denak maitatu, gizateria ulertu
eta Jainkoa ezagutu behar ditu
Nire irakasleak (Sri Yuktiswarrek) bizitza honetan nire
eginkizuna irakasle espiritual batena zela esan zidanean,
.Jainkoaren botere infinituari deitu nion laguntzeko
Hitzaldiak ematen hasi nintzenean, ez nuen asmoa
ikasketa teorikoetatik eratorritako liburuen ezagutzatik hitz
egiteko, baizik eta barne-inspiraziotik, guztiz jabetuta nire
hitz guztien atzean iturriak inoiz agortzen ez diren eta iturria
.inoiz agortzen ez den sormen-indarra dagoela
Botere hori beste arlo batzuetan ere erabili izan da
.beste batzuei beren lanean laguntzeko eta modu askotan
Giza adimena erabili dut hilezkortasuna nabarmentzeko
Ez nuen esan, "Egin ezazu niregatik, Jauna", baizik eta,
"Egin nahi dut, Jauna, eta eskatzen dizut gidatzeko,
."inspiratzeko eta eskutik hartzeko

Gauza txikiak modu aparteko batean egin daitezke
Bere lan-arloan onena izan behar du, eta ez du bere
.bizitza modu arruntean aurrera egiten utzi behar
Eta inork lehenago egin ez duen zerbait baliagarria
.lortzeko, mundua harrituko duen zerbait
Eta jainkozko elementu sortzaile eta berritzaileak haren
bidez eta haren bidez funtzionatzen duela frogatzeko
Bizitzako bideak ibiltzeko erabaki eta erabaki irmoa izan
behar da, porrotaren eta iraganeko akatsen pentsamenduak
.bidean oztopo gisa egon daitezen utzi gabe
Bizitza iluna izan daiteke, zailtasunak etor daitezke eta
aukerak galdu daitezke aprobe txatu gabe, baina dizipuluak
ez luke bere buruari esan behar: "Jainkoak abandonatu nau
."eta nire patua zigilatuta dago
Nork eskaini diezaioke laguntzarik horrelako pertsona
?bati

Pertsona baten familiak baztertu egin dezake, zorte
onak abandonatu egin dezake -bere pertzepzioaren arabera-
eta giza eta naturako indarrek haren aurka konspiratu
dezakete, baina Jainkoaren graziari eta bere baitako sormen-
espirituaren bidez, aurkako eraso guztiak uxatu eta garaile
.joan daiteke benetako lorpenaren paradisura
Ehun aldiz garaitua izan arren, erabaki ezazu
zailtasunak gaindituko dituzula eta aintzaren koroa irabaziko
.duzula

Etsipena ez da betiko irauten, eta frustrazioa behin-
behineko proba bat da
Jainkoak bizitzan garaile izatea eta gure baitako botere
osoa erakustea nahi du, bizitzako eszenatokian gure
.eginkizun gorena arrakastaz bete ahal izateko
Infernuan jakintsu batekin
Bazen behin, ibai bedeinkatu baten ertzean bizi zen
aszeta deboto bat. Bere bizitzako urte asko eman zituen
hausnarketa sakonean, baina zoritxarrez, bere ahaleginak ez
ziren emankorrak izan, eta ez zuen bakearen uzta oparoa

jasotzeaz gozatu, bizitzaren sekretuak eta zoriontasunaren
.iturriak bilatu eta ikertzeko ahaleginak egin arren
Gure laguna uneoro giro zerutiar batez inguratuta egon
arren, paisaia ederrez, arima onez, liburu baliotsuez eta
oroitzapen zirkulu bedekintuek, hala ere, bere gogoak
jendea lapurtzeko eta kalte egiteko modurik egokienak
.pentsatzen jarraitu zuen

Pentsamendu hori bere kontrolpetik kanpo zegoen eta
antzinako karraska karmikoetatik zetorrela zirudien. Zenbat
eta gehiago saiatu pentsamendu desatsegin horiek uxatzen,
orduan eta gehiago inbaditzen zioten burua, bakea asaldatur
.eta lasaitasuna kenduz

Azkenean, bere buruari agindu zion, esanez: "Otoitz
egiten eta erregutzen jarraituko dut, eta ez naiz geldituko
meditazioan bakea ukitzen didaten pentsamendu kezkarri
."horietatik libre egon arte

Ordubete igaro zen, gero bi, eta pentsamendu gaiztoak
urakan baten antzera etorri zitzaizkion burura, bere
.gogoetaren egitura jo eta bortizki astinduz

Azkenean, hiru orduko ahalegin nekagarriaren ondoren,
pentsamendu kezkarriak bat-batean desagertu ziren bere
burutik, eta haien orde, ikuspen eder batean Jainkoaren
.santu bat ikusi zuen, haragi eta odolez zutik, bere aurrean
Santu distiratsuak ez zuen bizirik agertu bakarrik, baizik
:eta samurtasun handiz hitz egin zuen, esanez

Seme, aurreko enkarnazioan lapur profesionala izan"
zinen, besteak harrapatzeko eta ondasunak lapurtzeko beste
kezkarik gabe. Baina hil baino lehen zure kontzientzia esnatu
zen eta zeure burua zuzentzea erabaki zenuen, eta zeure
buruari agindu zenion zure jokabide lotsagarria aldatu eta
ontasunaren bidea jarraituko zenuela. Horregatik jaio zinen
bizitza honetara pertsona ona izateko erabaki espiritual
sendoarekin, baina hala ere, aurreko enkarnazioan zure
bizitzaren ardatz izan ziren pentsamendu txarrak ere ekarri
".zenituen

Zoritzarrez, seme maitea, garai bedeinkatu hauetan"
bizitzea, lagun onez, oroitzapen eta hausnarketa zirkulue
inguratuta, baina hori guztia gorabehera, antsietate
psikologikoaren eta pentsamendu suntsitzaile eta nahasien
".infernua batean bizi zara
Isilune baten ondoren, zaindariak bere hitzaldia jarraitu

:zuen

Beraz, lege unibertsalaren arabera, eta enkarnazio"
honetan eskuragarri dituzun aukera espiritualak
aprobetxatzeko ahal duzun guztia egin ez duzunez, orain
zure meditazio ahaleginak bikoizten ez badituzu, heriotzaren
":unean bi gauza hauen artean aukeratu beharko duzu
Edo zeruan hamar ergelekin bizi ala infernua jakintsu"

"?bakarrarekin bizi, zer nahiago duzu

:Dizipuluak zalantzarik gabe erantzun zuen

Jainkoaren laguna, nahiago dut infernua bizi jakintsu"

batekin, badakidalako nire esperientziatik hamar ergelek
paradisua infernua bihurtzen dutela, baina bihotzean sinesten
dut eta ziur badakit jakintsu batekin banago, infernuaren
."hondoan ere infernua paradisu bihurtzen lagunduko didala

.Kapritxoaren askatasuna

Askok uste dute egunean hiru otordu haragi jan beharko

lituzketela, beste batzuek, berriz, konbentzitura daude
barazkiak eta fruitu lehorrak bakarrik jan behar dituztela eta
!gaixotu egingo direla dieta pixka bat dibertsifikatzen badute

Sinesmen horiek esklabutza mota bat dira. Pertsona
batek ez luke bizitzako ohiturek bera mugatzen utzi behar,
baizik eta bere ohiturak aldatzeko gaitasuna izan behar du
.jakinduriaren eta zuzenaren arabera

Zuzen bizitzen ikasi behar dugu, aukera askearen
.indarra erabiliz, ezagutza sendoak bultzatuta eta gidatuta
Pertsona batek gau batean koltxoi bigun batean eta
beste gau batean lurrean lo egin ahal izan beharko luke,
.erosotasun berarekin

Ohituraren mugak saihesteko modu zoragarri hori
.jakintsuek eskatzen duten askapena da
Batzuek uste dute askatasuna pertsona batek nahi
duena egitea dela, eta horri deitzen diot nik kapritxo eta
.desioen askatasuna
Askatasunaren benetako izaerari buruzko ideia oker bat
dutelako, guraso batzuek seme-alabak ohituren esklabo
.bihurtzen dituzte haien nahiak bereizketarik gabe betez
Oinarri honetan oinarrituta, haurra hazten da sinetsiz
bere desioak betetzen diren bitartean zoriontsu izango dela
.eta bizitzaren helburua desioak asetzea dela
Baina geroago konturatzen da engainatu egin dutela.
Etxetik kanpoko mundua guztiz desberdina da etxe barruan
.ikusi eta ohitu zenarekin alderatuta
Ez da erraza bizitzako kapritxo guztiak asetzea! Beste
batzuek alde batera utzi dezakete nahi duena lortzeko
ahalegin frenetiko horretan, eta bera ere, aldi berean, izutu
egiten da, bihotz gogorrez beteta bere nahiak betetzeko eta
bere irrikak lortzeko, sinetsita desira fisikoak asetzea dela
.gizakiaren azken helburua, ziur mundu hau dena dela
Gurasoek seme-alabak borondate sendoz eta epaiketa
sendoz hornitu behar dituzte, munduan ohitura txarren
.eraginpean egon gabe bidea egin dezaten

* * *

Jainkoari goraipatzen eta eskerrak ematen dizkiogu urte
berri bakoitzaren opariagatik eta ekartzen dizkigun itxaropen
.eta betetze-promesengatik
Jainkoarekin konektatzeko, pertsonen bizitzan eta
munduko baldintzetan aldaketa zoragarriak eragiteko eta
bakea eta giza anaitasuna lortzeko, ez dago Jainkoarekin
konektatzeko zintzotasunez eta bihotzez egindako erregu
.bat baino botere handiagorik
Jainkoari otoitz egiten diogu banakako otoitz zintzoak,
pertzepzio altuak eta gero eta ezagutza handiagoak

benetako aldaketa ekarriko duen indar espiritual bedeinkatu
.bihur daitezten

Bedeinka gaitzazu, Jauna, zure argiak eta bideetan
argitzen duten lanparak gidatu gaitezten, eta zure maitasuna
gure bihotzetan eta besteen bihotzetan esna dezagun, eta
argi biziaren zuziak eraman eta gure talentuak erabili ahal
izan ditzagun zuri atsegin zaion eta jendeari mesede egiten
.dion horretan

Lagundu iezaguzu zure energia kosmikoa eta argi
gidaria beste batzuei laguntzeko eta haien miseria eta
sufrimendua arintzeko isur daitezkeen hodi bihurtzen , zuri
esker gizateriari eta geure buruari laguntzeko ahalmena
.baitugu

Bedeinkatuak gara sufritzen ari direnekin enpatia izan
dezagun

Idea eta asmo onak mundu osoan zabaltzen ditugu
Bakea eta anaitasuna bizipen bihur daitezela

Paramhansa Yogananda irakaslearen esanetatik

Jendeak bizitzako gauza batzuk uztearen ideiaz
kexatzen da, nahiz eta errealitatean gauza baliotsu askori
uko egiten dieten, besteak beste, lasaitasunari, eta
batzuetan diruagatik sakrifikatzen diren, eta hori kalte eta
.galeraren menpe dago

Jainkoari amore eman eta ikusiko duzu zure bizitza
.melodia erritmiko eder baten antzekoa bihurtu dela

Mundu honetatik barrura begira jarri zure baitan dagoen
.Jainkoaren erreinu zabalera

Lasaitasunaren itsasontzian, gure ametsetatik haratago
dagoen mundu horretara nabiga dezakezu, non jainkozko
iturburua etengabe isurtzen den bihotzaren eta arimaren
.sakonetik

Jauna, lagundu iezadazu bizitzako jokoan nire papera
betetzen Zuri atsegin ematen dizun moduan, ahula edo
indartsua, gaixoa edo osasuntsua, ospetsua edo ezezaguna,
aberatsa edo pobrea izan, maite nauzula eta ez nauzula
.inoiz abandonatuko jakinda

Aberastasuna pertsona bati kendu dakioke, edo kendu
ahal zaio, mundu honetatik irtetean, eta ezin du berarekin
eraman. Bere benetako balioa ekintza onuragarrietan
gastatzean eta norberarentzat eta besteentzat zoriona
ekartzean datza, Jainkoa eta norberaren kontzientzia atsegin
.duen moduan

Beren segurtasunean eta erosotasunean bakarrik
pentsatzen dutenek, besteen beharrak ahaztu edo alde
batera utziz, errealitatean noizbait izango duten pobreziaren
bila dabilta. Ekintza onetarako erabili beharrean, beren
aberastasunari heltzen diotenek ez dute oparotasunik
ekartzen ondorengo bizitzan, baizik eta pobre jaiotzen dira,
aberatsen nahi eta irrika horiekin. Baina beren ugaritasuna
eta oparotasuna besteekin partekatzen dituztenek ontasuna
.eta ugaritasuna erakartzen dituzte noranahi doazen

Borondatez merezi dutenei ematen diezunean, Jainkoa
beti zurekin dagoela eta ez zaituela inoiz utziko duzu,
eta ez duzula ezer behar izango. Ez dugu ahaztu behar gure
bizitzak zuzenean Jainkoak eusten dituela, eta gure gogoak,
gure borondateak eta gure jarduerak Jainkoaren menpe
daudela eta Harengandik indarra hartzen dutela konturatzen
garenean, orduan Haren gidaritza zuzena jasoko dugu eta
konturatuko gara gure bizitza bat dela Haren bizitza
.infinituarekin

Meditazioak Jainkoaren existentziaren froga ematen du.

Sentsazio-olatuak gogoaren urmaeetik uxatzen direnean,
jainkozko zoriona sortzen da arimatik. Zoriontasun hau
.dagoeneko existitzen da ariman, baina estalita dago
Ai, Jauna Nire borondatea eta adimena erabiliko ditut
gauza txikiak lortzeko lehenik, eta gero lorpen
.handiagoetara pasako naiz

Anbizio material guztiak lortu arren, zoriontasun
osatugabea baino ez du ematen — eta Jainkoa aurkituz
pozaren gordailu agortezinak aurkituko ditut Eta ez da inoiz
isuri eta korrika egiteari uzten Arimaren lorategi eta belardi
betiberdeetan

Etxea: Garaipen Plaza

Pertsona batek bere bizitza zirrara baten atzetik
bestearen atzetik igarotzen badu, ez du inoiz benetako
zoriontasunaren zaporea ezagutuko. Bizi sinplea izan behar
da eta bizitzari erraz heldu. Gomendagarria da pertsona
batek bakarrik denbora pasatzea, noizean behin bere
ekintzei buruz hausnartzea eta barne bakea praktikatzea,
.sendatzea, gaztetzea eta indar berritua ekartzen baititu
Distrakzioak etengabe badaude eta beste estimulu
batzuek zentzumenak bonbardatzen badituzte, nerbioek
kalte egingo dute ondorioz, energia bizi-kantitate handiak
alferrik galduko dira eta arima tentsio eta larritasun
sentituko da. Gainera, ez litzateke besteak zuzentzeaz
gehiegi kezkatu behar ; aitzitik, norbera zuzendu beharko
.litzateke besteak zuzentzen saiatu aurretik

Jakin bedi etxea dela gudu-zelairik handiena. Bere
.etxean aingeru den pertsona edonon aingeru izango da
Ahotsaren gozotasuna eta jokabide nobleak iradokitzen
duen bakea etxean beste edozein lekutan baino gehiago
behar dira

Argia distiratzen duen lekuan iluntasuna ezin den bezala
geratu, gaixotasunaren iluntasuna ere desagertu behar da

Jainkoaren argia gorputzeko zeluletan distiratzten duenean,
.eta gutxi dira egia hau ulertzen dutenak
Jendeak sendatzeko gogo handia sentitzen duenean,
bihotz nahasiarekin otoitz egiten dute Edo etsipen
sentimenduarekin, Jainkoak ez dituela haien otoitzak
entzungo pentsatuz Edo otoitz egiten dute baina ez dute
.itxaroten, beren otoitzak Jainkoarengana iritsi diren jakiteko
Hargailu akastun batekin airean emititzen den musika
entzun ezin den bezala, ezin da Jainkoagandik datozen
osasun, indarra eta jakinduria bibrazioak jaso beldurrez,
kezkaz eta antsietate, zalantza eta ziurgabetasun mota
.guztiekin gaizki funtzionatzen duen aparatu psikiko batekin
Gogora dezagun eta eskerrak eman diezazkizugun,
Jauna, behar eta oparotasun garaian, gaixotasunean eta
osasunean, iluntasunean eta argian, eta egoera guztietan.
Gogora ditzagun esker onez eman dizkiguzun ongizate
egunak. Lagundu iezaguzu fedearen begiak irekitzen,
gaixotasun eta gaitz guztiak sendatzen dituen zure argi
.bedeinkatua ikus dezagun
Nire pentsamendu onen, nire borondate onaren eta nire
jarduera emankor eta onuragarriaren itsasontziaren
kapitaina naiz. Nire bizitzaren itsasontzia gidatuko dut, beti
nire begiak nire hausnarketa sakonaren zeruan dagoen
.bakearen planeta distiratsuan finkatuta mantenduz
Nire pentsamendu sortzailearen trebetasunak erabiliko
ditut egiten dudan guztian arrakasta lortzeko. Jainkoak
.lagunduko dit neure buruari laguntzen saiatzen banaiz ere
Gaur bizitzaren lorategia ahalegin berrituarekin landuko
dut eta jakinduriaren, osasunaren, poztasunaren eta
zoriontasunaren haziak ereingo ditut bertan. Haziak fedez
eta autokonfiantzarekin ureztatuko ditut, eta Jainko
Ahalguztidunaren eskuzabaltasunaren zain egongo naiz uzta
justua emateko. Espero den uzta jasotzen ez badut ere,
esker onekoa izango naiz nire onena egiteko ahaleginetik
.datorren lasaitasunagatik

Jainkoari eskerrak emango dizkiot arrakasta izan arte
saiatzen jarraitzeko gai naizelako, bere graziari esker. Eta
eskerrak emango dizkiot nire bihotzeko desio handiena
lortzen dudanean. Ekintza noble eta duinak bakarrik egiten
.saiatuko naiz, Jainkoaren plazera bilatuz
Mundua ekaitz natural eta humanoz gainezka dago, eta
Jainkoa da babesleku sendoa eta babesleku segurua mundu
honetako ekaitz, urakan eta gaitzetatik. Jainkoa dagoen
lekuan, ez dago beldurrik edo atsekaberik. Benetako
sinestuna irmo eta harro dago bizitzaren borrokan eta
gertaeren arteko borrokan, Jainkoa berarekin dagoela ziur,
kalteetatik babesten duela eta une batez ere ez duela
abandonatzen. Horrela, beldurra desagertzen da bere
bihotzetik eta ziurtasuna nagusitzen da, inposatu ezin
.daitekeen babesa

Beldurrik ez izateak Jainkoarengan eta haren babesean
fedea izatea esan nahi du, eta haren justizian, jakindurian,
errukian, maitasunean eta nonahi dagoen lekuan fedea
.izatea

Beldurrak pertsona baten indar psikologikoa kentzen du,
adimena lainotzen du eta bihotzaren erritmo naturalak
kaltetzen ditu. Gainera, beldurrak asaldura fisikoak eta
gaixotasun psikologikoak sor ditzake. Antsietateari eta
itxialdi psikologikoari amore eman beharrean, pertsonak
ziurtatu beharko luke seguru dagoela Jainkoaren babespean,
Dena Ikusten duenaren eta Dena Entzuten duenaren
babespean, bere gotorleku menderaezinean seguru eta bere
.erruki eta zaintzaz inguratuta dagoela

Afrikako oihanean, gudu-zelaian, gaixotasun edo
pobreziaz jota, norberak konbentzitu behar du Jainkoaren
eskua edozein arrisku baino indartsuagoa dela eta harengan
babesa bilatzen dutenak babesteko gai dela. Ez dago babes-
bide eraginkorragorik. Noski, arrazoia erabili behar da

gertaerei aurre egiteko, aldi berean jainkozko laguntzan fede osoa izanik. Fedeak ez du esan nahi ausarta ez izatea edo zorigaitzaren aurrean zentzugabe jokatzea. Aitzitik, gertatzen dena gertatzen dela ere, norberari baieztatu behar dio Jainkoa bakarrik dela gai egoera zail eta nekagarrietan laguntzeko, baldin eta bihotz, arima eta zentzumen guztiekin .jotzen badiogu Harengana

Zailtasunak elur-jausi baten antzera erortzen direnean, ez diegu utzi behar gure borondatea paralizatzen edo gure ikuspegi argia eta ikuspegi jakintsu eta logikoa lausotzen.

Aitzitik, Jainkoarengan dugun fedea eta ongiaren eta gaizkiaren gure berezko zentzua mantendu behar ditugu, eta irtenbide bat aurkitzen saiatu. Jainkoaren laguntzarekin, aurkituko dugu. Azkenean, gauzak hobetuko dira, Jainkoaren boterea eta mirariak giza bizitzaren kontraesanen atzean ezkutatuta baitaude. Zirkunstantzien saihestezintasuna onartzen ez dutenek eta, horren orde, beren adimenarekin eta fedearekin beloaren haratago sartzen saiatzen direnek atea irekita aurkituko dute haientzat, esku sinesle orok .jotzen duen atea

Bizitza iluntasunean inguratuta dago, eta batzuetan estropezu egiten dugu eta aurrera egiteko zalantzak izaten ditugu. Jainkoaren argia izan behar da gure gidari-lanpara bizitzaren bide ilunetan zehar ibiltzen garenean. Jainkoa ilbetea da ezjakintasunaren eta iluntasunaren gauetan, distira-eguzkia esnatzeko orduetan, gidaritza-argia eta lurreko existentzia iragankorraren itsasoetan zehar .dabiltzanentzako gida-izarra

Arazoak munduan jarraituko dute, beraz, nora jo daiteke gidaritza eta norabide bila? Norberaren pentsamenduak, ohiturek, aurreiritziek, joerak eta fanatismoak eraginda, ez dute ezertarako balio, eta norberaren ingurunearen, familiaren, herrialdearen edo munduaren eraginek ez dute

benetako gidaritzarik emateko. Beraz, Jainkoarengana jo eta arimaren sakonetik datorren ahots lasai eta bareari entzun .behar zaio, egiarekin harmonian dagoen ahotsari

Buruko hausnarketaren eta introspekzio espiritualaren
arteko aldea

Pertsona batek bere burua ezagutza teorikoarekin programatzen badu, grabagailu ibiltari baten antzekoa bihurtzen da, esaera zaharrak eta esaldi harroak errepikatzen dituen, eta besteek ikasi eta jakintsutzat jotzen dituzte. Baina ezagutza hori ez da egiaren pertzepzio zuzen batek indartzen, ezta lorpen espiritualak ere. Intelektualizazio edo intelektualizazio mota honek "norbera" zentzumen-gogoari lotuta mantentzen du, eta hau bera zentzumen fisikoek mugatzen dute. Ezagutza teorikoak ezin du jainkozko ezagutza eskuratu, eta komeni da norberaren denbora preziatua ez galtzea errealitatean aplikatu ezin diren teorietan, norbera oihan intelektual trinko batean .galduta aurki ez dadin, teoriaren eremua gainditu ezinik

Prozesu honek ez du egia ezagutzera eramango, egia iritzien eta teorien haratago baitago, eta ikuspegi hau jarraitzen duten askok beren ondorio subjektiboek mugatzen .baitituzte

Pertsona batek bere gaitasun mentalak dirua eta ondasun materialak lortzeko soilik erabiltzen baditu, bere kontzientzia mundu materialera erakarriko da eta konplexutasun amaigabeetan korapilatuko da. Horregatik, jende jakintsuak dio pertsona batek ez lukeela Jainkoak eman dizkion gaitasun mental guztiak gauza iragankorren bilaketan eskaini behar, materialismoaren labirintoan galdu eta bere buruari muga eta oztopo beharrezkoak ez sortzeko beldurrez. Horren ordeztu, bere gaitasun mentalak bizitzako beharrak lortzeko erabili behar ditu eta bere gaitasun moralak garatzen saiatu behar du, zuzena eta okerra

bereizteko, eta kaltegarria eta onuragarria dena bereizteko.
Beren ikuspegi espiritualak lantzen dutenean, Jainkoa bere
baitan sentitu eta materialismoaren belo trinkoen atzean
ezkutatuak egia espiritualak ezagutu ahal izango ditu.
.Egoera horri introspekzio espiritualak deitzen zaio

Gure kezkek edozein direla ere, Jainkoak beti izan behar
du lehentasuna gure bizitzetan. Hazkunde espiritualaren
elementu garrantzitsuenetako bat Jainkoarekin etengabe
eta bihotzeko lotura da, zeinaren bidez pertsonalki
eraldaketa positibo eta zoragarri baten lekuko izango zaren,
.sakonki txundituko zaituena

Pertsona batek ikuskizun bat ikusi nahi duenean, edo
arropa berria edo auto berri bat erosi nahi duenean, ez al da
egia bere burua etengabe okupatuta dagoela? Gai horiei eta
nola lortu edo lortu behar direnari dagokionez? Ez du
atsedenik hartuko bere desioak bete arte, eta nekaezin
.lanean jarraituko du desio horiek lortzeko

Horrela, giza adimena Jainkoaz pentsatzeaz arduratu
beharko litzateke, eta orduan, desio txikiago eta txikiagoak
Jainkoa sentitzeko eta harekin komunikatzeko desio sendo
.bihurtuko dira

Buruak Jainkoari bihotzez eta sutsuki xuxurlatzen
dionean, arima irrikatsu baten sakonetik irteten dena

Arimaren deiak bihotz kosmikoa ukituko du, eta
.erantzuna etorriko da, poz handia ekarriz berarekin

Xuxurla intelektualak borondate-indarra lantzen du, nahi
.den helburua lortzeko nahikoa indar izan arte

Pertsona baten gogoak eta borondatea Jainkoarekin
harmonian daudenean, botere mugagabeaz hornituta daude,
eta, beraz, zerbaitetan pentsatzea nahikoa da hura

gauzatzeko, jainkozko legeak borondate gorenarekin
.harmonian daudenen alde egiten baitu

Nire bizitzako lorpen bikain guztiak Jainkoarekin
harmonian dagoen gogo baten botereari esker lortu dira.
Jainkozko sorgailua martxan dagoenean, nahi dudan guztia
gauzatzen da salbuespenik gabe, lehenik diseinu ikusezin
eta etereo gisa forma hartuz eta gero errealitatean indar
.erresistiezin batekin agertuz

.Hazkundearen sekretua

Bizi dugun esperientzia ororen bidez hazten gara, baldin
eta horietatik ikasgai baliotsuak ikas ditzakegula konturatzen
bagara. Bizi dugun min eta sufrimendu bakoitzak esanahia
.eta helburua du

Proben gogortasuna gorabehera, burdin mea urtzen
duen suaren antzekoak dira, altzairu eder, sendo eta
moldakor bihurtzen duena. Esperientziarenugar
erretzaileen bidez sortzen dugun jakinduria benetan
harrigarria da. Bizitzak arazten gaitu, gure oinarrizko izaera
elementu preziatuetan bihurtuz, bitxiak bezain garbiak diren
arimekin bizitzeko aukera emanez, altzairua bezain sendoak,
baina malguak eta erresistenteak, zailtasunen eta
.zorigaitzaren presiopean hautsi gabe tolesten direnak

Haserreak desitxuratutako, basakeriak orbaindutako
aurpegiak ikusten ditugunean, haien ikusmenak itsuskeria
gure arimetatik uxatzeko irrika pizten digu; arima hori asmo
gaiztoetatik eta gure baitako jainkozko irudi bedekinkatua
lausotzen duten gorroto sakonetatik kanpo geratzen da,
kedarrak ispilu bat zikintzen duen bezala. Besteen ekintza
mingarriek gure portaera hobetzeko eta geure burua
kontrolatzeko gogo piztu beharko lukete gudan, gure pasio
.menderaezinen nagusi izan gaitezen, eta ez haien esklabo

Hitz atseginak erremedio zoragarria dira gaitz askotarako, indar magnetiko indartsua, ia magikoa baitute, bedeinkapen eta oparotasun ugari ekartzen dizkiena hizlariari. Hitz lasaigarri eta leunak erabiltzen dituztenek korronte sotil bat sentitzen dute etenik gabe zeharkatzen, lasaitasun ugariz betetzen direlarik. Hau da, korronte hori bere iturri altuagoarekin konektatuta dagoelako, etengabe isurtzen dena eta etengabe arimetara iristen dena harekin harmonian. Orduan, zoriontasun-fluxu hori bakea irrikatzen .duten arimek transmititu ahal izango diete

Egunero, pertsona batek ispiluan begiratzen du bere aurpegia ikusteko, besteen aurrean bere onenean agertu nahi duelako. Zenbat eta garrantzitsuagoa da, orduan, egunero bere buruarekin egotea eta barne-analisiaren ispiluan begiratzea, gainazal distiratsu horren azpian zer dagoen aurkitzeko! Izan ere, kanpotik erakargarria den guztiak barne-niregandik hartzen du bere xarma. Eta ez dago arimaren ispilu garbia zikintzen duen ezer haserrea, erresumina, inbidia eta gorrotoa bezalako distortsio psikologikoek bezala. Espirituaren izaeratik arrotzak diren konposatu horietatik askatzen saiatzen denak barne-.edertasunaren argia barrutik irradiatzen utziko du

Analisiaren bidez, giza arazoak hirukoitzak direla deskubritzen dugu: giza gorputzari erasotzen dioten arazoak eta nahasteak daude, beste batzuk adimenari erasotzen diotenak, eta hirugarren kategoria bat arimaren bideak .blokeatzen dituenak

Gaixotasuna, zahartzaroa eta heriotza dira gorputzak aurkitzen dituen zailtasunak eta oztopoak. Gaixotasun psikologikoak, ordea, gogoan inbaditzen dute tristuraren, beldurraren, haserrearen, erreprimitutako desioen, erresuminaren, gorrotoaren, obsesio emozionalen, sukarrez betetako nerbio-agitazioaren eta gaitasun mentalak

paralizatzen dituen minbizi psikologikoaren bidez.
Gaixotasun arriskutsuena, ordea, arimaren gaixotasuna da,
ezjakintasunean agertzen dena, eta hortik sortzen eta
.hedatzen dira beste gaixotasun guztiak

Munduan ongia gaizkia baino gehiago dago

Zalantzak sortzen zaizkigunean, pertsona handien
bizitzak gogoratu beharko genituzke. Egia da gizakiak
garela, baina Jainkoak gutxitan erabiltzen ditugun botere
apartekoak eman dizkigu. Beraz, zergatik dardarka egon
zahartzaroaren, gaixotasunaren eta atsekabearen beldurrez?
Ahal duguna egin beharko genuke gure gorputzak zaintzeko,
baina ez genuke beldurrei amore eman behar edo
.ezjakintasun-pilen azpian lurperatu behar

Gorputza ez da pertsona osoa

Mundu honetan ongiak gaizkia gainditzen du, Jainkoa
baita botere gorena. Baina gaizkia gertatzen zaigunean, uste
dugu ez dugula botererik hura kontrolatzeko edo haren
.atzaparretatik ihes egiteko

Gaizkiaren ekaitzak etorriko dira nahitaez, baina haien
ondorioak gainditu eta haien gainetik altxa gaitezke

Ez ziguten bizitza eman suntsitzeko, baizik eta
betikotasunaren kontzientzia txertatzeko, eta egia hau
.gogoratu behar dugu

Pentsamendu askatasunik gabe, ezin da norbera modu
garbi, espontaneo eta naturalean adierazi. Gogoratu
.funtsean libre zarela. Borondatearen indarra beti da librea

Zure borondate-indarra behar bezala erabiltzen baduzu,
karma ona sortuko dizu, baina jende gehienak ez du aldatu
nahi eta ez du ahaleginik egin nahi, beraz, zailtasunen
.aurrean erortzen dira eta ez dira gai erronkei aurre egiteko

Norberak nahi duena egitea ez da askatasuna, gizakiak bere desioek mugatuta baitaude, eta, beraz, haien ekintzek ezin dute askatasun deitu. Benetako askatasunak jakinduriak gidatutako borondatearekin dena egitea esan nahi du. Pertsona batek bere iraganeko ekintzen ondorioak kontrola ditzake, eta ondorio horiek nahitaez etorriko dira, bere borondatea aktibatzen badu eta ekintza on eta onuragarrietarako erabiltzen badu. Zure ekintzak arrazoiz eta borondatez egiten badituzu, zure aurreko ekintza okerren indarrak ahuldu egingo dira eta zure ekintza onen .ondoriozko ohiturak indartu egingo dira

Etengabe desiratzen dugu falta zaiguna eta ezinbestekoak ez diren gauzei atxikitzen gara Zerbaitek gugana iristen denean, aldi baterako galtzen dugu gure borondate askea Ekialdekoak antzinako ohituren esklabo diren bezala, mendebaldekoak ere ohitura modernoen esklabo dira Geure patua sortzen dugu eta horri lotuta geratzen gara

Zergatik jaiotzen da haur bat familia gaizto batean eta beste bat familia on batean? Bakoitzak bere askatasuna erabili zuen iraganean (aurreko bizitza batean) modu jakin batean bizitzeko eta, horrela, egoera horiek ekarri zizkieten .bizitza honetan

Ez dago benetako askatasunik Jainkorik gabe. Berarengan pentsatu behar dugu etengabe. Gure kezkak eta pentsamenduak edozein direla ere, Jainkoak lehen lekua izan behar du gure bihotzetan, eta berarekin benetan lerrokatuta gaudenean, edozein unetan egin behar duguna lortzeko .gaitasuna izango dugu, bere jainkozko laguntzarekin

.Ikaslearentzako aholkuak

Ikasleetako batek Paramhansa irakasleari auto-hobekuntzarako aholku batzuk eman zizkion, eta honek esan

zuen: Maitatua izan nahi baduzu, hasi zure maitasuna behar
.dutenak maitatzen

Eta besteengandik espero baduzu, izan zaitez leial eta
fidel haiekin, zuri leialak izan daitezen

Besteek gaiztakeriaz eta maltzurki jokatzearagotzi
nahi baduzu, ez utzi engainua zure pentsamenduetan
.sartzen, eta ez jokatu besteei kalte egiten dien moduan

Besteek zurekin sinpatia izatea nahi baduzu, hasi
.haiekiko enpatia erakusten, batez ere ingurukoekiko

Besteek errespetatzea nahi baduzu, errespetua erakutsi
.behar diezu bai gazteei bai helduei

Besteengandik bakea nahi baduzu, harmoniazko bizitza
.bat bizi behar duzu

Jendea erlijiosoa izatea nahi baduzu, izan zaitez izaera
espiritualaz eta utzi besteei sentiarazten eredu ona zarela
.eta zugan fidatu eta fidatu daitezkeela

Laburbilduz, besteek erakustea nahi duzun guztia.
Ezaugarri onetako bat zure bizitzan lehenik erakustea da,
eta ikusiko duzu jendeak modu berean erreakzionatuko
.duela zurekin

Zure bizitzan hobetu behar diren arloak identifikatzen
badituzu etsipenik edo gutxiagotasun konplexurik garatu
gabe, eta zure izaera hobetzeko etengabe lan egiten
baduzu, orduan horretan ematen duzun denbora askoz
emankorragoa izango da besteek beren burua hobetzea nahi
baduzu baino. Zure adibide positiboak eta portaera onak
zure nahiek, haserreak eta hitzek baino botere handiagoa
.dute besteak aldatzeko

Jauna, zu zara ontasun ororen iturria eta botere ororen
jatorria. Bedeinka gaitzazu, zure bedeinkazioak islatu

ditzagun gure osasunean, gure adimen-asmoetan eta gure adierazpen espiritualetan. Zu zara izarren distira, atomoen energia, bihotzen adeitasuna eta egiaren edertasuna. Lagundu iezaguzu zure botere gorenaz, zure jakinduria .infinituaz eta zure benetakotasun mugagabeaz betetzen

Jauna, aitortu dezagun zu zarela osasunaren iturria, bizitzaren ozeanoa eta ulermen eta ezagutza ororen iturria. Askatu gaitzazu ezjakintasunetik eta haren ondorioetatik, beldurretatik eta kezkatik, eta utzi zure jakinduriaren uholdeak gure bizitzetatik hondakin eta hondakin guztiak .eramaten

Urratu, Jauna, zure aurpegia ezkutatzen diguten beloak.

Ikus zaitzagun argi distiratsu gisa, gure bizitzaren horizontean dauden eguzki ugari bezala. Senti zaitzagun etengabe berritzen ari den botere gisa, gure pentsamenduak inspiratzen, gure arimak elikatzen, gure gorputzak eusten .eta gure ametsak betetzen dituen

Amen

Jende gehienak ez daki zergatik. Lurrean daudenetik, bizitzaren helburua desioak betetzea dela uste dute, bizitzarako beharrezkoak diren gauzak lortzea, plazerra eta maitasun gizatiarra bilatzea, eta azkenik, azken deitzaileari .amore ematea

Jendeak bere bizitza programatzaile gisa hasten du iraganean bete ez ziren joera eta desio espezifikoekin, eta geratzen zaien borondate apurrarekin saiatzen dira besteen desioak eta ekintzak imitatzen; negozio-gizonekin elkartzen badira, haien antzekoak izan nahi dute; eta artistekin .elkartzen badira, artea dena bihurtzen da haientzat

Jainkoak mundu honetan praktikoak izatea nahi du. Gosea eman digu, eta asetzeko lan egitera behartzen gaitu,

baina janaria, aterpea, dirua eta ondasunak bakarrik
bilatzeak esan nahi du gizakiak bere zorientasunaren iturria
.ahazten duela

Egia da gure beharrak lortzeko lan egin behar dugula
eta gure helburu legitimoak lortzen ahalegindu behar
dugula, baina lehenik eta behin, gure bihotzak Jainkoari ireki
behar dizkiogu eta haren gidaritza eta onespina bilatu
egiten dugun guztian. Orduan, ziur aski, bizitzako eskolan
arrakasta izango dugu, zeren eta guretzat onena den eta
behar duguna den Kudeatzaile eta Hornitzaile
Gorenarengandik jasoko baitugu norabidea. Horregatik, gure
konfiantza harengan jarri eta haren nahi jakintsuaren menpe
.jarri behar dugu

Paramahansa irakaslearen hitzaldietatik

Arimaren barne zorientasuna plazer sentzual iheskorren
geruza lodi batek estaltzen duenean, espirituaren urrezko
distira ahuldu egiten da, eta arimaren gaitasun gardenak
materiaren dentsitatearen atzean ezkutatzen dira.
Norberaren gogoia jeloskortasun eta inbidiara erakartzen
denean, eta beldur eta kezka hodeiek inguratzen dutenean,
zorigaiztoko, zorigaiztoko eta garaitu bihurtzen da. Baina
arreta bera maitasunera, bakera eta harmoniara bideratzen
.duenean, zorientasun sakona bizitzen du

Arimak zorientasuna sentitzen du sufrimendu eta
miseriarekin nahastutako desio fisikoetatik espirituaren
bertute gardenetara aldatzen denean, gozamen sublimeekin
.beteta

Arima munduko plazer zakarretan guztiz murgiltzen
bada, axolagabe bihurtzen da poz handiagoen bilaketarekiko
eta ez da gai gozamen espiritualak bizitzeko. Askoren ustez,
plazer materialak uko egitea ia ezinezkoa da mundu honetan
edo gai materialen inguruan soilik pentsatzen duten

pertsonen artean bizitzean. Hala ere, ez da beharrezkoa pertsona arruntak mundua utzi eta mendietara eta basoetara erretiratzea lasaitasuna eta bakea aurkitzeko.

Aitzitik, mundu honetan geratu beharko luke, korrante indartsuek eraman gabe, bizitza honetako olatu nahasiek .gainezka ez ditzaten

Pertsona batek ez luke negatiboki jokatu behar bere inguruarekiko, eta aldi berean ez luke materialismoak bere ikusmena itsutzen utzi behar, bere izaera espiritualarekin harremana galdu eta zoriontasunaren pozak dastatu eta .jainkozko argiak ikusteko gai izan ez dadin Bizitza, bere funtsarekin, osagaiekin eta helburuekin, ulertzeko zaila den puzzle bat da, baina ez ezinezkoa konpontzea, eta gure pentsamendu aurrerakoiarekin, .egunero argitzen ditugu bere sekretu batzuk

Aro honetako printzipio zientifiko zehatzetan oinarritutako gailuak ikusgarriak dira, zalantzarik gabe, eta zientziak dakartzan aurkikuntzek bizitza hobetzeko moduen ikuspegi argiagoa ematen digute. Baina ditugun ekipamendu, asmakizun eta estrategia guztiak gorabehera, oraindik ere patuaren eskuetan dauden txotxongiloak bezala gaudela dirudi, eta bidea luzea da oraindik naturaren .kontrolpetik askatu aurretik

Zalantzarik gabe, naturaren menpe bizitzea ez da askatasuna. Gure gogo sutsuak ezintasun sentsazioak gainezka eta lotzen ditu uholdeen, urakanen edo lurrikaren biktima garela sentitzen dugunean, edo gertaerek -arrazoi logikorik gabe- bihotzean ditugun maiteak kentzen dizkigutenean. Orduan konturatzen gara ez ditugula garaipen asko lortu, eta ez garela gai izan zirkunstantzia kaltegarriak gainditzeko. Izan ere, bizitza nahi dugun bezalakoa izan dadin ahalegin guztiak egin arren, beti agertuko dira zirkunstantzia batzuk lurreko eszenatoki

honetan, eta gutxi dakigun gogo boteretsu batek
zuzendutako gertaerak, gure iritzi eta borondatearekiko
guztiz independenteki lan egiten duena. Egin dezakegun
.onena lan egitea eta hobekuntza batzuk egitea da

Garia landatu eta irina egiten dugu, baina nork sortu
zuen lehenengo hazia? Irinarekin egindako ogia jaten dugu,
baina nork eman zien gure gorputzei hura digeritzeko
?gaitasuna? Eta nola eraldatu janaria elikaduran

Bizitzako txoko guztietan badirudi ezinbesteko esku
jainkotiar bat dagoela. Ezin ditugu gure gaiak kudeatu hura
gabe, eta ditugun ziurtasun guztiekin ez dakigu noiz utziko
dion bihotzak funtzionatzeari. Horregatik, ausardiaz fidatu
beharra dago jainkozko botere gorenean, eta gure goi-nian
fidatu beharra dago, zeinaren arabera modelatzen garen
.ahalguztiduntasun horretatik datorren

Harrokeriarik gabeko fedea izan behar dugu, eta
.bizitzako bideetan konfiantzaz ibili

Izua eta dardararik gabe, eta larritasun eta
konfinamendurik gabe

.Alergiei aurre egitea

Sentikortasuna gainditzea arte delikatua da, eta
erreakzionatzeko azkartasuna kontrolatzea garrantzitsua da
.nortasun orekatu eta osoa garatzeko

Sentikortasuna gaizki-ulertuetatik, gutxiagotasun
konplexutik, harrotasun puztutik eta ego gehiegizko batetik
.dator

Pertsona batek bere sentimenduak mindu direla uste
duenean, pentsamendu horrek bere buruan errotzen da,
nerbioak piztuz, eta gero tentsio eta matxinada bihurtzen
dira. Haserrea pizten da bihotzean zauritutako

emozioengatik. Hala ere, pertsona batzuek beren emozioak kontrolatzeko gaitasuna dute, beraz, kanpoko seinaleak ez dira agertzen barruan duten amorru bizia izan arren. Beste batzuek beren haserrea berehalako erreakzioen bidez adierazten dute, begi-muskuluetan eta aurpegiko keinuetan agerikoa dena, eta ahozko erantzun zorrotz eta kodetuen .bidez

Gehiegizko emozionaltasunak ondorio larriak ditu; egoera zailtzen du eta ezegonkortasun desiragarria sortzen .du, besteengan negatiboki eragiten duena

Ahalegin handiak egin behar dira autokontrola eta lasaitasuna lantzeko, ulermen eta harmonia giro bat sustatuz, tentsioaren ordezkia bakea sustatzen duena eta estresaren kea uxatzen duena. Horrela egiten dutenak beren patuaren jabe izango dira eta ingurukoek esker oneko eta .errespetuzko sariak jasoko dituzte

Gehiegizko sentikortasuna jende gehienak partekatzen duen ezaugarria da, eta emozio irrazional hori pizten denean, ikuspegia itsutu eta jakinduriaren begiak lainotzen ditu. Are okerrago, gehiegi sentibera den pertsona horrek uste du primeran pentsatzen, sentitzen eta jokatzeko ari dela, !baina, egia esan, bere portaera guztiz okerra izan daiteke

Jende askok uste du bere buruari erruki egin behar diola kritikatzeko zaienean, eta auto-errukiak arintzea ematen diela. Baina drogazaleek bezala, zenbat eta gehiago hartu, .orduan eta handiagoa bihurtzen da haien mendekotasuna

Pertsona oso sentiberak askotan alferrik sufritzen du. Gehienetan, inork ez daki bere atsekabearen kausa edo bere kexaren izaera, eta horrek areagotu egiten du bere buruari ezarritako isolamenduan angustia. Ezer ez da lortu irain edo kritiketan isilean hausnartuz. Askoz hobe da

hipersentikortasun horren erroko kausak analisi
.objektiboaren eta autokontrolaren bidez jorratzea

Alergia mota honek ondorio larriak ditu; bihotza sua
bezala kontsumitzen du eta bakearen ehunak suntsitzen
ditu. Beraz, zentzuz, logikoki eta borondate irmoarekin
.jokatu behar da

Gogor lan egiten dut guztiei zerbitzatzeko, baina
hausnarketarako bakardadean erretiratzen naizenean, ez
diot inori uzten nire hausnarketa oztopatzen. Beste gai
batzuek itxaron dezakete, baina Jainkoarekin dudan
.eguneroko hitzordua ezin da alde batera utzi edo ahaztu

Edozein ekintza egin aurretik, gelditu eta arretaz aztertu
ondorioak eta zure gogoan, gorputzean eta ariman duten
eragina. Konpultsioak bultzatutako ekintzak ez dira
askapena, harmoniaren eta aurrerapenaren legeen aurkako
ekintzek norbanakoa mugatuko baitute. Alderantziz,
bereizketak eta norberaren kontzientziarekin bat datozen
.ekintzak bertutetsuak dira eta askatasuna dakar

Zerbait ona egitea erabakitzen duzunean, edo zerbait
txarra egiteari uko egitea, eta erabaki horri eusten
dionzunean eta horren arabera jokatzeko duzunean, jakin
.ezazu zure askatasun zatia ugaria dela

Jainkoak nahi du eman zaigun aukeratzeko askatasuna
erabiltzea hura bilatzeko eta aurkitzeko, baina ez du bere
.burua inposatu nahi guri

Jainkoarengana hurbiltzeko eta hura ezagutzeko nahia
ez da berez sortzen, baizik eta aktibatu eta elikatu egin
behar da. Nahi hori gabe, bizitzak ez du baliorik edo
.zaporerik

Utzi zure ikuspegi espiritualak zure pentsamendua
gidatzen eta arrakastak zurekin jarraituko du edonora
.zoazela ere

Jainkoari eskaintzen dizkiot nire ahotsa, nire eskuak,
nire oinak, nire bihotza, nire gorputza, nire sentimenduak,
nire borondatea eta dena

Maitasuna gerra guztiak amaitzen dituen arma
espirituala da

Lur honetatik haratago, betiko utzi gintuzten horiekin
.berriro elkartuko garen mundu mugagabeak daude

Mundu honetako bizitza etengabe aldatzen ari da,
atsekabea atsekabearen atzetik doa, ilusioak ilusioen
gainean. Gure kontzientziaren basamortuan agertzen den
mirari hau desagertu egin behar da, eta gure benetako nia
.esnatu behar dugu materiaren belo trinkoen azpitik

Ez saiatu zure itxaropenak bizitza honetan oinarritzen.

Non dago zure bermea? Jainkoaren ezagutzan babesten
.zarenean bakarrik zaude seguru

Arimaren funtsa lur azpian lurperatutako urre zaharra
bezalakoa da. Lurra urrea kendu eta kontenplazioaren
urarekin garbitzen denean, berriro distiratzten du purutasun
.eta argitasun osoz

Jauna, ikus dezagun zer den ona, pentsa dezagun
pentsamendu osasuntsuak eta elkartu gaitezen izaera
onekoekin. Lagundu iezaguzu zugan pentsatzen eta zu
kontenplatzen, zuzentasun ororen iturria eta ontasun ororen
.jatorria zarena

.Ahultasunetik askatasuna

Ahultasuna gainditzeko modurik onena horri buruz
pentsatzeari uztea da; bestela, ahultasunaren ideiak zure

kontzientzia gaitutuko du eta zure barnea menderatuko du.
Argia geure baitara ekartzen dugunean, iluntasuna
.desagertuko da inoiz existitu ez balitz bezala

Ideia horrek inspirazio zoragarriak ekartzen dizkit

Milaka urtez iluntasunean inguratuta egon den kobazulo
batean argia sartzen denean, iluntasuna berehala
desagertzen da. Era berean, ahuleziak eta akatsak
desagertzen dira Jainkoaren argia gure kontzientzian sartzen
uzten dugunean, eta ezjakintasunaren iluntasuna ezin da
.iraun. Hau da bizi behar dugun filosofia

Atzerapena alferrikakoa da Bizitzaren gorpila ez da inoiz
biratzeari uzten, eta gure bizitzako egunak azkar pasatzen
dira Argi pentsatzen eta zentzuz jokatzeko ematen dugun
minutu bakoitza gure zoriontasunean inbertsio arrakastatsu
.eta errentagarria da

Jende askok bizitza osoa diruaz, sexuaz eta ospeaz
pentsatzen ematen du, eta gutxitan jartzen dute arreta
lasaitasuna ematen dieten eta kontzientzia maila
.altuagoetara igotzen duten gauza funtsezkoetan

Pertsona baten rola zenbateraino apala izan arren,
Jainkoaren begietan arrakastatsutzat hartzen da bere
denbora zentzuz erabiltzen eta bere pentsamenduak
.norabide egokietan bideratzen badaki

Jainkoaren argia pertsona baten gainean distiratzeko
denean, ez du ezer behar duenik sentitzen, gainezka egiten
dion pozak bere amets guztiak betetzen baititu eta sakonean
sentiarazten baitio aberatsen artean aberatsena eta bizitza
.honetako zoriontsuen artean zoriontsuena dela

Argiaren tunela

Pentsamendu argituek, ekintza onek, sentimendu
atseginak eta hausnarketa sakonek esnatzen duten
kontzientzia espiritualak begi espiritualaren bidez senti
dezakete gorputzetik irteten direla irteeraren azken unean.
Lurreko egonaldian, yogiek begi espiritualaren tunela ikusten
dute materiaren eta espirituaren arteko mugan, eta Lurra
uztean, tunel argitsu honetan sartu eta mundu honetatik
Jainkoaren argi, poz, bake eta askatasun absolutuko erreinu
.infinitura igaro daitezke

{Argia argiaren gainean}

Gorputzaren lanpara begi [espirituala] da

Begi bakarra baduzu

Orduan zure gorputz osoa argiz beteko da

Eta argia iluntasunean distiratzeko du, eta iluntasunak}

{ez zuen konturatu

Altruismoa besteen atsekabeak sentitzea da, haiengana
hurbiltzea, haiekin komunikatzea, haien zorigaitzean zinez
kontsolatzen saiatzea, haien pozaz gozatzea eta
beldurraren, beharren eta antsietatearen mamua
.haiengandik urrun mantentzeko ahal dugun guztia egitea

Altruismoaren espiritua duenak ez du kalkulu eta
itxaropen mugatuen arabera jokatzeko, baizik eta bere
ikuspegia eta epaiketa ona erabiltzen ditu eta bere buruari
eta besteei laguntzen die, Jainkoari eskerrak emanez lortzen
duen arrakastagatik. Behin edo hainbat aldiz huts egiten
badu ere, ez da etsitzen, baizik eta erabaki handiagorik
hartzen du, ahaleginak bikoiztuz eta saiakera errepikatuz,
ideia eta bide berriak arakatuz, arrazoiaren argiak gidatuta,
eta Jainkoaren laguntza bilatuz bere helburua lortu eta bere
.asmo noblea lortu arte

Besteak zoriontsu egiteko lan egiten duena Jainkoak
zoriontsu egiten du barne-erosotasun psikologiko baten
bidez. Eta laguntzen saiatzen ari denengatik zerbait galtzen
badu, ez du galeratzat hartzen, trukean Jainkoaren plazerra
eta lasaitasuna lortzen baititu. Maitatzeko, lan egiteko,
emateko eta ontasunaren eta bakearen haziak gizateriaren
.zelaietan ereiteko bizi da

Bere mundu pertsonala pentsamendu eta
sentimenduetan gainditzen duenak bere kontzientzia
zabaltzen du, enpatia areagotzen du eta mundua bere etxea
eta gizateria bere familia dela sentitzen du. Lur honetan
duen existentziaren helburua bere burua eraberritzea dela
konturatzen da, besteak eraberritzen saiatu aurretik, bere
burua eraberritzen duenak besteei bere burua eraberritzen
laguntzen baitie bere bizitzaren adibidearen bidez. Ekintzek
eragin sakonagoa eta eragin sakonagoa dute besteen
.arimetan hitzek baino

Geldialdi laburrak

:Zintzotasunaren distira

Batzuek irribarrez saiatzen dira arazoetatik ihes egiten,
baina ihesaldi mota horrek kontzientzia garbia eskatzen du,
hipokresia eta engainurik gabekoa. Pertsona batek bere
buruarekin eta besteekin zintzo jokatzeko duenean, eta
nobleziaz eta osotasunez jokatzeko duenean, begiak argi
bihurtzen zaizkio, eta distira paregabea dario:
.zintzotasunaren distira ezinbestekoa

:Zintzotasuna

Batzuek gauza asko esaten dituzte zintzotasunaren
izenarekin, baina ezin diezu guztiei denari buruz hitz egin.
Aholkuak eta orientabideak eskaintzen dituzunean, batzuek
gaizki ulertzen dituzte zure hitzak eta ez dute ezer lortzen

esaten duzunarekin; alferrik galdutako ahalegina da eta eskertu gabeko ahalegina. Kasu hauetan isiltasuna urrea da, baina horrek ez du esan nahi inola ere gaizki egindakoaren .inguruan isildu behar denik

:Auto-harmonia

Auto-harmonia benetan zoragarria da. Jende gehienak badaki zein zaila den besteekin harmonian egotea, baina inoiz pentsatu al duzu zure buruarekin harmonian egoteaz? Izugarri zaila da, baina posible da. Zeure burua aztertzen baduzu, konturatuko zara etengabe zaudela zure buruarekin desadostasunean. Zeure burua maite ez baduzu, ez duzu beste inor maitatuko. Eta pertsona bat ez badago bere buruarekin harmonian, nola egon daiteke besteekin ?harmonian

Norbere buruaren harmonia ezinbestekoa da munduarekin harmonia izateko. Beraz, ezinbestekoa da zeure burua baloratzea eta maitatzea, maitasun hori merezi baituzu. Norbera maitatu behar da, Jainkoak sortu gaituelako eta potentzial noblez hornitu gaituelako. Barne-ni hau maitatzeak, bertute handiko ezaugarritz betetako esentzia honek, jokabide noblea inspiratzen du eta adimena ezpurutasunetatik eta bihotza gaiztakeria eta erresuminatik .garbitzen ditu

:Literaturaren iparrorratza kalibratzea

Ezin da norberaren kontzientzia engainatu, gaiztakeria justifikatu edo jokabide okerraren ondorioetatik ihes egin, beste planeta batera bidaiatuko balitz ere. Norberaren ekintzen ondorioek laguntzen dute, eta norberak zuzendu eta kalibratu egin behar du bere iparrorratz moralak, orratza .beti norabide egokian seinalatzeko

Batzuek baldintzarik txarrenetan bizi dira eta, hala ere, harmonia handian daude beren buruarekin; beste batzuek, berriz, aukera guztiak eta behar duten guztia dute eta, hala ere, etengabeko gatazkan daude beren buruarekin. Beraz, ez da itxaron behar zirkunstantziak aldatzeko. Konbentzitu zeure burua ondo zaudela zure ingurunea gorabehera, agian .nahi duzunaren desberdina izan baitaiteke

Zirkunstantziek baldintzatzen dutenak gauzak aldatzeko .zain daude, eta luzea izango da itxaronaldia

Esaten da gizon batek hemezortzi hizkuntza menperatzen zituela, baina hain pobrea zen, ezen ez baitzuen irakurtzeko lanpara bat ordaindu ahal. Beraz, izkina batera joan eta kale-argi baten azpian esertzen zen irakurtzera. Egia esan, borondatearen indarrak baliabideak sortzen ditu, aukerak sortzen ditu, itxaropena berritzen du, zereginak betetzen ditu eta nahiak eta ametsak betetzen .ditu

Jainkoa ezagutzen dutenekin benetako komunikazioa haiekin harreman pertsonalaren, haien idatzien irakurketa hausnartzailearen edo haien hausnarketa sakon eta atseginaren bidez egin daiteke. Gogoratu beharreko puntu garrantzitsua: haien kontzientziarekin harmonian dago, eta .hau Jainkoarekin harmonian dago

Jainkoa maite duten arima handiekin gure kontzientzia lerrokatzen dugunean, harmonia horrek pixkanaka gure bizitzak modu miragarri batean eraldatzen ditu. Harmonia honek ez du borondatea esklabo bihurtzen, baizik eta bere irismena zabaltzen eta bere boterea indartzen du. Hau da egoz betetako eta lor dezaketenaz kezkatuta dauden pertsonekin harmonian egotearen eta Jainkoaren eta gizateriaren maitaleekin harmonian egotearen arteko aldea, zeinen helburua haiekin harmonian daudenen arimetan jainkozko maitasuna eman eta esnatzea den. Bedeinkatu

diren pertsona hauen magnetismoak jainkozko
.magnetismoarekin harreman estuan jartzen gaitu

Gogoan izan behar dugu gure beharrak asetzeko
ahaleginak egiten ditugun bitartean, besteei behar dutena
lortzen lagundu behar diegula eta bizitzan ditugun gauza
onak zorte gutxiago dutenekin partekatu. Gogora dezagun
munduko familia baten parte garela eta ezin garela familia
.handi hau gabe bizi

Nolakoa izango litzateke bizitza arotzik, asmatzailerik,
nekazaririk eta besterik gabe? Emanez eta jasoz, eta
zerbitzuak trukatur, Jainkoak nahi du besteengan pentsatzea
eta haiekin enpatizatzea. Akats larria da norberarentzat
bakarrik bizitzea, besteak kontuan hartu gabe. Gure
zoriontasunaz pentsatzen dugunean, besteen zoriontasunaz
ere pentsatu behar dugu. Ez gaude behartuta daukagun
guztia eman behar mundu osoko familiaren ongizaterako,
hori ezinezkoa baita. Aitzitik, besteekin enpatizatu eta ahal
duguna egin beharko genuke haiei laguntzeko eta haien
.zama arintzeko

Badago erlazio bat arrakastaren eta arimaren
gogobetetasunaren artean, norbanakoak bizi den
.ingurunearen testuinguruan

Benetako arrakasta zuzentasunaren printzipioekin bat
datorren jokabidearen emaitza da, eta besteen zoriontasuna
eta ongizatea barne hartzen ditu norberaren
gogobetetzearen zati gisa. Printzipio hau bere bizitza
materialean, mentalean, moralean eta espiritualean
aplikatzen duen edonork arrakastaren definizio hau osoa eta
.zabala dela ikusiko du

Jendeak arrakasta modu ezberdinetan pentsatzen du
bizitzako helburuen arabera. Batzuetan, batzuek
lapurretarekin parekatzen dute, "Lapur arrakastatsua da!"

bezalako gauzak esanez. Horrek erakusten du ez dela
arrakasta guztia desiragarria; gure arrakastak ez luke
.besteei kalte egin behar

Arrakastarako beste baldintza bat harmonia eta emaitza
positiboak ekartzea da, ez bakarrik geure buruarentzat,
baizik eta abantaila horiek besteekin ere partekatu behar
.ditugu

Finantza-arrakasta lortzeak ez du esan nahi merezi
dugunaz gozatzea bakarrik; baita ere beste batzuei bizitza
hobea sortzen laguntzeko erantzukizun morala izatea.
Adimena duen edonork irabaz dezake dirua, baina bihotzean
maitasuna badu, ezingo du diru hori modu berekoian erabili;
.horren orde, duena besteekin partekatuko du

Dirua madarikazio bihurtzen da zikoitz eta zikoitz
jendearen eskuetan, baina bedeinkapena eta oparia da
.eskuzabalak eta bihotz onak dituztenentzat

Arima onek arima onak erakartzen dituzte eta haietara
erakartzen dira

bizitza honetan denbora laburrerako gaudela , eta
ondoren beste mundu batera goazela, eta mundu horren
maila gure pentsamendu mailaren eta lurreko egonaldi
honetan egiten ditugun ekintzen kalitatearen araberakoa
.dela

Nor dira gure benetako senideak? Pertsona
jakintsuarentzat, denok gara senideak, eta bakoitza
"auzokidea". Noski, pertsona jakintsua gai da bereizteko eta
ulertzen du eguzkiak ikatz zati bati eta diamante bati argia
ematen dion arren, diamanteak, ikatza ez bezala, argia
distiratsu jasotzeko eta islatzeko gaitasun paregabea duela.
Diamante bat bezain pentsamendu eta sentimendu garbiak
dituztenen konpainia bilatu behar da eta denbora eskaini

behar zaio lagun zintzoak aurkitzeko. Bizitza garbi eta zintzoa dutenek garbitasunez eta zintzotasunez markatutako lagunak erakarriko dituzte, eta bereizketarik gabeko sen hutsalen arabera bizi direnek, berriz, antzeko lagunak .erakarriko dituzte

Ideal eta printzipio gorenak baloratzen badituzu, komenigarria da ideal eta printzipio horietan sinesten ez duten eta pentsamenduak nahasten eta aldarteak asaldatzen duten pertsonekin ez elkartzea, haien bibrazioek zure bibrazio maila jaisteko. Aldi berean, ez baztertu inor zure .maitasun zirkulutik

Gainera, pertsona batek ez luke maitasuna eman bakarrik, bakea ere egin behar du, noranahi joan, harmonia eta lasaitasuna sor ditzan, ingurukoak bere presentzia atseginarekin freskatuz. Inork ez du mofeta usain txarreko baten ondora hurbildu nahi —barkatu esamoldea—, denek saihesten dute. Era berean, pertsona urduri, inpultsibo eta eztabaidazale batek besteak gogaitzen eta uxatzen ditu. Loratzen ari diren arrosak bezalakoak izan nahi dugu, bihotza gozatzen duen usain gozoa dariotenak. Saiatu gaitezen bakearen usaina eta ontasunaren haizeak .zabaltzen, noranahi goazen eta bizi garen lekuan

Jainkoaren erreinua ez dago hodeien artean edo espazioko leku zehatz batean. Begiak ixten ditugunean ikusten dugun iluntasunaren atzean dago, eta mediatu eta otoitz egiten dugunean, kopetan dagoen espirituaren begia irekitzen da gure baitan, eta argi bedeinkatu bat ikusten dugu eta gorputzeko zelula guztiak zeharkatzen dituen poza sentitzen dugu, eta beloa altxatu dela eta Jainkoaren .erreinurako ate sekretu bat ireki dela sentitzen dugu

Jainkoa etengabe berritzen den poza da, dena hartzen duen poza. Bat sentitu behar dugu gure baitan bizi den eta .infinetua inguratzen duen poza horrekin

Materia trinkoaren bibrazio-mugen atzean kontzientzia
infinitu eta guztiz inguratzailea dago, deskribapenik gabea
bere aintza, zabaltasun eta mugagabetasun osoan. Hau da
zeruko erreinua, betiereko, mugagabea eta amaigabeko
.zoriontasun kontzientea

Arimaren pertzepzioak zabaltzen direnean, eta bere
presentzia nonahi sentitzen duenean, orduan jainkozko
.espirituarekin bat egiten du

Gloria Infinitu Absolutuari, horizontean tronuratua, zerua
ozeanoarekin bat egiten duen tokian Eta gloria Infinitu
Gorenari, gure barneko bakean tronuratua; barneko
.Infinituan zentratuz, bere botere mugagabea jaso dezakegu

Liburuak aztertuz edo jendearengandik lortutako
ezagutza ezagutza mugatua da, Jainkoagandik zuzenean
lortutako ezagutzak, berriz, jakinduriaren boterea,
ziurtasunaren distira, bihotzaren lasaitasuna eta arimaren
.bakea ematen ditu

Jauna, irakatsi iezadazu kontzentrazio sakonarekin otoitz
egiten eta meditazioa bihotzeko irriekin nahasten, eta utzi
.nire bihotza egunero Zureganako maitasun hutsak garbitzen

Karmaren mugak askatzea

mentala edo fisikoa izan, kontzientea edo ,
inkontzientea izan, eragin espezifikoa du pertsona baten
bizitzan. Iraganeko ekintzak ez dira duela egun, hilabete edo
urte egindakoak bakarrik, baita iraganeko bizitzetako
.ekintzak ere

Hilda zeunden, eta Hark eman zizun bizitza; gero
hilaraziko zaitu, gero bizitza emango dizu berriro; gero
Harengana itzuliko zara

Norberaren ekintzen ondorio onak eta txarrak Bizitza honetan, arrasto hauek inkontzientean edo subkontzientean gordeta geratzen dira, eta pertsona batek aurreko enkarnazioetatik daraman (edo bere arimak daraman) ondorioak inkontzientean haziak bezala lozorroan daude, une karmiko zehatz batean ernetzeko eta hazteko zirkunstantzia egokien zain. Karmaren legeak, gauzak orekatzen dituenak, ekintza eta erreakzioa, kausa eta .efektua, ereitea eta uzta biltzen ditu

Pertsona bakoitzak bere patua moldatzen du bere pentsamendu eta ekintzen bidez, eta askatzen dituen energiak, jakintsuki edo ergelkeriaz izan, nahitaez itzultzen dira abiapuntu gisa, zirkulu bat zehaztasun osoz osatzen den bezala. [Galdera da] borondatezko bilatzaileak bere iraganeko ekintzen ondorio saihestezinak edo predestinazioa deitzen dena aurrez aurre jarri behar al ditu —bere borondatearen aurka—? Erantzuna ezezkoa da: Jainkoa legea eta maitasuna da, eta zintzotasunez eta fede osoz Harengana jotzen duen, bere ekintzak jainkozko legearekin lerrokatzen dituen eta Jainkoaren maitasun baldintzagabea bilatzen duen bilatzaileak, zalantzarik gabe, zama astunak arintzen eta egoerak hobetzen dituen bedeinkapen .jainkotiarra jasoko du

Jainkoak ilusioz betetako mundu honetan jarri gaitu, eta badaki gure sufrimendua eta jasaten ditugun probak eta atsekabeak. Gizakiok sakonago sakontzen dugu ezjakintasun
espiritualaren barne-iluntasuna bekatuan itota eta haren sakonetik ihes egiteko indarrik gabe sentitzen dugunean.
Hobe da beraientzat beren burua zuzentzen ahalegintzea,
jainkozko errukiaren bihotzetik laguntza eta errukia bilatuz,
Jainko maitekor, errukitsu eta barkatzailearen barkamena
.esperoz

Jainkoarekin dugun lotura estua konturatzen garenean,
zer karma lotu gaitzake? Ez utzi inork konbentzitzen zure
mina eta zailtasunak zure karmaren ondorio direla. Zure
esentzian espiritu gisa, ez duzu karmarik. Aitzitik, egia hau
konturatu behar duzu zeure buruari baieztatuz bizitzaren,
argiaren eta indar kosmikoen esentziarekin bat zarela.
Gertaera hau konturatzen bazara, ez duzu ezer beldurtzeko,
eta Jainkoak ate asko irekiko dizkizu eta aukera asko
.emango dizkizu

Zure bizitzak daraman bidearekin deseroso bazaude,
aldatu zure pentsamoldea eta kargatu zure zentzumenak
.energia positiboz eta zuk zeuk ere aldea sentituko duzu

Ez dago jendeak galdutakoagatik deitoratu eta
atsekabetu beharrik, edo beren zorigaiztoko egoerak bizitza
honetan edo iragan urrunean egindako akatsei egotzi behar
zaizkie, hori utzikeria espiritual mota bat baita. Jardun egin
behar dute eta belar txarrak errotik kendu bizitzaren
lorategitik, eta orduan lore gozoenak eta bizienak loratuko
dira eta fruitu goxoenak eta desiragarrienak emango dituzte.
.Bere graziaz, Goi-Goikoak

Jainkoari men egiteak ez du esan nahi gure borondatea
ez erabiltzea gure gauzak hobetzeko eta Jainkoak gure
egoerak ahaleginik gabe konpontzea itxarotea, Jainkoak bere
.buruari laguntzen diotenei laguntzen baitie

Kontua da Jainkoarengana nola joan ikastea gure
borondatea gidatzeko eta gure ahalegin egokiak
bedeinkatzeko eta indartzeko. Amore emateko borondate
ezaren oztopoa gainditzen dugunean, Jainkoarengan
aurkitzen dugu mundu honetan inork eman ezin digun
babesa, eta baita inongo probak gainditu ezin duen indarra
.ere

Edonork ezar dezake Jainkoarekin harreman berezi bat,
baldin eta badaki Jainkoari bihotza irekitzen eta haren
jainkozko presentzia irrikatzen, eta horrek poza eta
.ziurtasuna ekartzen ditu

Pertsona batek Jainkoaren behar sakona sentitzen
duenean, Haren gabe ezin duela bizi jakinda, Jainkoak modu
batera edo bestera erantzuten diola ikusiko du. Baina
lehenik sentimendu sendo hori landu behar du, erantzuna ez
.baita berez etorriko

Jainkoari gure bizitzan lehen lekua ematen ez badiogu,
gure kontzientzia egoera antsietatea eta nahasmena izango
da, eta ez gara gai izango bizitzaren eskakizun amaigabeei
.modu logiko eta egokian aurre egiteko

Eta zein da desira hori garatzeko modua? Zoritxarrari
edo zailtasunei aurre egiten diegun bakoitzean, eta
bihotzean astuntasun bat sentitzen dugun bakoitzean,
Jainkoarengana jo eta laguntza eskatu behar diogu, jakinda
Jainkoa maite duenak eta bere gogoan eta bihotzean
gordetzen duenak bere egoera hobetuko dela. Bere egoera
.hobera aldatzen ari da

Eterra nahasi eta irabiatzean, gure bihotzeko otoitz eta
dei zintzoekin, jainkozko erantzunaren funtsa aterako dugu,
.janaria, sendaketa eta zoriona dituen

Elikagai espirituala irrikatzen dutenentzat, iraganeko
frustrazioak eta porrotak ez dira garrantzitsuak. Horietatik
ikasgaiak atera daitezke, eta berriro saiatu daiteke, saiakera
hasieratik errepikatuz. Arrakasta bermatuta egongo da,
Jainkoaren laguntzarekin, porrotak etsitzen ez dituen
guztientzat, tragediek ahultzen ez dieten erabakia
dutenentzat eta fede irmoz sinesten dutenentzat. Jainkoak
irauten dutenak laguntzen dituela bide onetik doazenentzat,

eta itxaropena, indarra eta baikortasuna ematen dizkiela,
.azken helburua lortu arte eta bizitzaren helburua lortu arte

Pentsamendua elektrizitatea bezalako indarra da, eta
egoera psikologikoak. Pentsamendura eta pentsatzeko
.modura itzultzen da

Elektrizitatea onuragarria eta kaltegarria da aldi berean;
zentzuz erabiltzen duenak bere zerbitzura jartzen du.
Bestela, elektrokutatu egin dezake. Eta berdin pentsatzen
da. Bide onetik zuzentzen bada, zoriontasuna ekartzen dio
.jabeari, bestela arazoak

Pentsamendua zaldi basati baten antzekoa da, baina
heztea ez da ezinezkoa, eta pentsamendu positiboa
.pentsamendua kontrolatzeko modu bat da

Pentsamendu ona lagun mina da eta gogo gaixoa etsai
etengabea da

Pentsamendu onak bakea eta segurtasuna erakartzen
ditu, eta pentsamendu osasungaitzak, berriz, jabearengan
bikoiztu egiten diren gezi hilgarriak jaurtitzen ditu. Hortik
dator esaera: "Saria ekintzaren mota berekoa da". Asmo
onak bidaltzen dituen bitartean, bere pentsamenduak zuzi
bihurtuko dira, arimaren ganberak argituz eta iluntasun pilak
uxatuz, erosotasun sakona senti dezan eta bere begiek
poztasun irribarre batekin distiratu daitezen! Iraun dezala
.irribarrea zure begietan. Eta bakea izan bedi zurekin

Bizitza errota bat bezalakoa da, proba eta
esperimentazio emankorraren haziak ehotzen dituen,
bizitzaren ogia egiteko Bide bihurgunetsu bat bezalakoa da,
alde banatan lore oparoak dituen, tximeleta distiratsuak
eta adarretan fruitu goxoak dituzten zuhaitzak, baina
gutxitan gelditzen gara Goza dezagun bere ikuspegiaz eta
dastatu dezagun bere gozotasuna; izan ere, askotan

zalantzan gaude Eremu zabalagoetara iristeko, uste dugu ikusi ditugunak baino ikuspegi atseginagoak daudela Baina pixkanaka urruntzen garen heinean Bide loretsu eta emankorretatik, freskoak baino ilunagoak diren zuhaitzak aurkitzen ditugu, eta gero loreak desagertzen dira Eta haiekin batera, tximeletak eta baita fruituak ere, basamortu .antzuari aurkitzeko bakarrik

Giza bizitza itsasoetako uren antzekoa da, araztu eta fresko bihurtzen direnak. Goiko atmosferara igotzen zarenean bakarrik. Goizeko amets baten antzekoa da, adinarekin distiratsuagoa bihurtzen dena, gauzak orduan argiagoak eta bereziagoak diruditelako. Bidaia baten antzekoa da, paisaia aldatzen baita distantziak bidaiatzen ditugun heinean. Gero, paisaia bera aldatzen da hurbiltzen .garen heinean, eta abar

Bizitzak ez ditu jakintsuak hutsik egiten, trebetasunez kudeatzen baitute eta gozatzen baitute, haien gaineko kontrola hartu eta askatasuna kentzen utzi gabe. Adibidez, uraz gozatzen dute. Edatek dute eta bertan bainatzen dira, baina ez dute bertan itotzen uzten. Gustuko dituzten arropaz gozatzen dute, azalekotzat jotzen diren formalitateei eta formalitateei gehiegi atxiki gabe. Jateaz gozatzen dute, jateko gogoak kontsumitzen utzi gabe, gehiegi jateak gorputza ahultzen baitu eta pertzepzioak irensten baititu eta erabat suntsituko du. Beraz, pertsona batek bizitzaz gozatu beharko luke, baina zentzumenak murgiltzearen bidez .agortu gabe

Besteekin ondo moldatzeak ez du esan nahi haiekin guztiarekin ados egotea edo idealak haien mesedetan sakrifikatzea, konformismo estilo hau ez baita desiragarria eta ez baitator bat egiarekin. Erreformatzaileek eta gizon handiek ez zuten bat egin Inguruko hainbeste jenderekin,

baina hala ere, beren idealari eutsi zioten, egiten ari zirena
.guztiz zuzena zela konturatu zirelako

Lehenik eta behin, norberak Jainkoarekin harmonian
egon behar du, gero norberaren kontzientziarekin eta gero
.jendearekin

Printzipioa ez da arriskuan jarri behar, eta ez da
ezkutuko motiboetara jo behar helburu jakin bat lortzeko,
.hori ez baita egokia printzipiodun pertsonentzat

Nork bizi dezake Jainkoa atsegin duen moduan? Ez egin
kalterik besteakri, ez baitute beldurrik izan behar. Ikuspegi
honek besteak asetzen ez baditu, nahikoa da pertsona bat
barrutik eroso sentitzea eta jendearen onespentik
.independente egiten duen barne-bakea sentitzea

Jainkoarengana jotzean arimaren indarra eta nahia
Magnetismo espiritualak deitzen zaio Eta magnetismo
honekin arimak bedeinkazioak eta bibrazio finak erakartzen
ditu Eta giza esperientzia on guztiak, ontasuna eta
zuzentasuna gogorarazten dizkiotenak

Magnetismo espiritualak Pertsona bereganatu erakartzen
eta erakartzen duen boterea da Lagun onak Eta gauza
funtsezkoak eta garrantzitsuak Eta gauzen ulermen intuitiboa
Botere hau Jainkoaren indar magnetiko erakargarritik dator

Bakearen kandela

Hartu lapiko mental bat, bete ezazu zure bakearekin

Hartu nire sentimenduen botila, bete ezazu zure
,errukiaz

Hartu nire arimaren saski hutsa, bete ezazu zure
jakinduriaren fruituekin

Isuri zure maitasunaren ura nire ariman, isuriko dut
.egarri den arimaren edalontzietan

Eraitsi egoaren hormak, murgildu nazazu zure
.presentzia osoan

Maitasunaren egunsentiaren izpia
Utzi iezaiozu nire bihotzeko irekiduretatik begiratzen

Zure maitasunaren eguzki-argia ekartzen dit gogora

Nire bizitzako zeruan zehar zabaltzen

Zure maitasunaren argi distiratsua distira egin du

Neure buruaren gainean, eta argitu egin zen

Zure argiak bete zuen nire espazio espirituala

Nire gorputza eusten duen bizitza zara

Eta nire pentsamenduak inspiratzen dituen gogoia

Eta nire ezjakintasuna uxatzen duen jakinduria

Nire maitasunaren kandela mehea pizten dut

Urrezko liburua irakurtzeko

Antzinatik nire baitan gordeta

Zure maitasuna izan zen eta oraindik ere bada

Bakearen kandela ikusezina

Iluntasuna uxatzen duena eta zure mezuak erakusten
dizkidana

Bloga bihotzen orrialdeetan dago

Ager bedi zure aintza, Jauna

Zure jakinduriaren argia uxatu bedi

Ezjakintasuna, desadostasuna eta inbidia

Lurraren ertzetik betiko

Gure ahultasuna indar bihurtu

Eta ahuldu ginen erabakitasunera

Kargatu gure gorputzak elektrizitate biziarekin

Eta bete zure sendatzeko argiarekin adimena eta arima

Hartu gure eskua Zure axolagabekeriaren uretan ito ez
gaitezen, eta bete gure izatea Zure maitasunez eta
jakinduriaz. Senti dezagun zuregandik oso gertu gaudela eta
.Zure errukiaren eguzkiak etengabe distira egiten digula

Nire xuxurlatzen ari diren eta bizitzen ari diren
pentsamenduen loreak jartzen ditut

.Isiltasunaren egiturari

Bere usain isila abesten du

Eta zure aintzak abesten ditu

Eta zure argi santuaren distirarekin

Zure existentziaren edertasuna ikusten dut

Nire amets zoriontsuak egia bihurtzen dira

Zure argia nire ariman distiratzen denean

Beloak jakinduriaren suarekin distiratsu daude

Zure aintza ikusten dut, eta nire poza handitzen da

Jainkoak bere argiarekin argitu zaitzala

Eta agurra arimaren partetik zuretzat

Munduak eskakizun eta betekizun asko ezartzen dizkigu,
eta haien garrantziaz eta haiek gabe bizitzearen edo haiek
gabe bizitzeko ezintasunaz konbentzitzen gaitu. Baina
oinarrizko baldintza Jainkoaren bakea lortzea izan behar da,
zeinaren iturriak ez diren inoiz agortzen eta zeinaren
iturburua ez den inoiz agortzen, eta bizitzako guztiari
.zaporea eta zentzua ematen dion

Gogora dezagun Jainkoa dela gure izatearen funtsa, eta
maitasuna dela haren aurpegi loriatsuari begiratzeko leihoa.
Jainkozko presentzia sentitu nahi duen eta irrika sublime hori
pentsamenduan eta ekintzetan elikatzen duen edonori,
Jainkoak bere eskaera beteko dio eta argi bedeinkatuak
.ikustea eragozten dieten beloak urratzen lagunduko dio

Bidean aurrera egiteko erabakia hartu duenak ez du
ezerk kikilduko, ezta oztoporik ere bere helburura iritsi eta
.bere bihotzeko nahia lortu arte

Perla eta Harribitxi Espiritualak

Besteen ahuleziak agerian uzten dituztenak eta lotsa
eta haserrea eragiten dietenak urrun daude jakinduriatik eta
epaiketa onetik. Bekatua gutxietsi behar dugu, ez bekataria,
espirituz gure anaia baita, inguratzen eta biltzen duen
ezjakintasunaren iluntasuna gorabehera. Kondenazioaren
helburua sendatzea izan behar da, ez harrotzea eta
zauritzea. Gure anaia bekataria haren lekuan eta egoeran
egongo bagina tratatuak izatea nahiko genukeen bezala
.tratu behar dugu

Mundu honetan bere anaiaren akatsak ezkututzen
dituenak, Jainkoak haren akatsak ezkutatuko ditu
Hurrengoan

Besteak epaitzen ditugun bezala, lege espiritualak gu
ere epaitzen gaitu neurri berean. Ez genuke gehiegi espero

behar besteengandik, ezta emaitza onak espero behar
.inorengandik, nahiz eta ahal duten guztia egin

Pertsona bat erori eta estropezu egin dezake, baina
seguru egongo da bertutearen eta zuzentasunaren eskailera
.berriro igotzeko ahal duen guztia egiten duen bitartean

Egunero saiatu beharko genuke pazientearen espiritua
fisikoki, psikologikoki edo espiritualki altxatzen gure
inguruan, geure buruari edo gure senideei laguntzen diegun
.bezala

Gaurtik aurrera jainkozko legeen arabera bizitzen
saiatzen denak -zailtasunak eta miseria dakartzan bizitza
bereko zaharraren ordeztu- ikusiko du, bizitzan duen rola
edozein dela ere, rol garrantzitsua izaten jarraituko duela,
baldin eta bere betebeharra ahalik eta gehien betetzen badu
antzezlan kosmikoaren zuzendariaren eta gure patu guztien
.maisuaren norabidearen arabera: Jainko Ahalguztidunarena

Besteekin benetako zintzotasunez, benetako
maitasunez eta sentimenduekiko errespetuz elkarreragiten
dugunean, lagun onak ekarriko ditugu gure bizitzetara,
interes pertsonalek edo kalkulu berekoiek inolako kontuan
hartu gabe; bestela, ezingo ditugu gure benetako lagunak
.ezagutu

Hipokrisia eta itxurakeriak alde batera utzi behar dira,
.eta besteak nahita kaltetu gabe jokatzeari

Lagunak ez dira haserretu, gutxietsi edo antagonizatu
behar, ezta gurekin sentimendu desatseginak izateko
arrazoirik eman behar ere. Lagunak ez dira gaizki tratatu,
esplotatu edo eskatu gabeko aholkurik eman behar, eskatu
ezean. Aholkua eskatzen denean, zintzotasunez eta
adeitasunez eman behar da, ondorioen beldurrik gabe.

Lagunek elkarri laguntzen diote kritika eraikitzaile eta
.anaiaren bidez

Bizitzako esperientzia zailek ez dute gure borondatea
paralizatzeraz eta garaitzeraz etortzen, baizik eta gure
erabakia zorrozteraz eta Jainkoarenganako fedeara eta gure
autokonfiantzara indartzera. Batzuek uste dute oker
esperientzia eta erronka hauek gaindiezinak diren indar
suntsitzaileak direla, eta beraz, amore ematen dute.
Pentsamolde osasuntsua ezinbestekoa da gure barne indarra
aktibatzeraz, bizitzari eta bere probei eraginkortasunez aurre
.egiteko

Pertsona batek bere burua baino indartsuagoa den
norbaitekin lehiatzen ez badu, ez da indartsu bihurtuko. Era
berean, gure zailtasunei ausardiaz eta gogo-sendotasunez
aurre egiten diegunean, indartsuago eta erresilienteago
.bihurtzen gara

Gure adimenak Jainkoaren kontzientzia osoaren parte
dira. Gure kontzientziaren olatuaren azpian dago bere
kontzientzia infinituaren ozeanoa. Olatuak ozeano
handiagoaren parte dela ahazten duenean, ozeano-botere
horretatik bereizten da . Ondorioz, pertsonen adimenak
ahuldu egiten dira muga materialen ondorioz eta ez dira gai
lan emankorrik eta ekoizpen ugarrirako. Adimenek
ezjakintasunaren hautsa astintzen dutenean eta beren
botereak lotzen dituzten kateak hausten dituztenean, gaiago
bihurtuko dira sormenerako eta bizitzarekin elkarreragin
.positiboa izateko

Idea jakin bati tinko eusten diozunean eta borondate
sendoz betetzen duzunean, ideia hori indar dinamiko
bihurtzen da. Eta pentsamendua dinamiko bihurtzen denean,
arrakastarako ingurune egokia sor dezake, gogoan
.marraztutako mapa ikusezinaren arabera

Jendeak huts egiten du bizitzako egoera gogorreari amore
ematen dietelako, amore eman gabe erresistentzia egin
.beharrean

Borondatea aktibatzea eta erabiltzea beharrezkoa da

Lasaitasunaren santutegian sartzen direnek Jainkoa
maite duten beste arimekin espiritualki komunikatu
daitezke, eta arrosen eta izaki bizidun guztien hizkuntza uler
.dezakete

Jauna, izan zaitez nire maitasunaren eta irrikaren
gainean tronuan dagoen Errege bakarra

Meditazioa egiten dutenek bake sakona sentitzen dute,
eta barne-lasaitasun hori mantendu behar da besteekin ere.

Meditazioan ikasten dena eguneroko jardueretan eta
besteekin elkarreraginean praktikatu behar da, inork bere
.bakea edo lasaitasuna asaldatzen utzi gabe

Ohitura on bat sortu edo ohitura txar bat ezabatu nahi
duzunean, ohitura desberdinen mekanismoak dauden
.garuneko zeluletan zentratu

Ohitura on bat ezartzeko, lehenik eta behin lasai eseri
eta meditatu, jainkozko laguntza bilatuz. Zure gogo
borondatearen erdigunean zentratu, bekainen arteko
kopetan kokatua, eta irmoki berretsi zure garunean txertatu
nahi duzun ohitura. Ohitura txarrak ezabatu nahi dituzunean,
zure arreta borondatearen erdigunean ere jarri eta irmoki
berretsi ohitura horiek errotuta dauden ildo guztiak
ezabatzen ari direla. Arreta eta borondatearekin, ohitura
zahar eta errotuen ildo sakonenak ere ezaba ditzakezu.
Ziurtatu zeure buruari behin eta berriz garuneko eskualdetik
ohitura osasungaitzak errotik kentzeko nahikoa borondate
.duzula

Baieztapen horretarako unerik egokiena goizaldea da,
.borondatea eta arreta erne daudenean

Jarrai ezazu zeure buruari agindu guztietatik libre
zaudela baieztatzen eta egunen batean ikusiko duzu -
Jainkoaren laguntzarekin- kendu nahi zenuen ohitura
.horretatik askatu zarela

Edozein dela ere zure beldurra, uxatu zure
pentsamenduak eta utzi Jainkoari. Sendotu zure fedea
.Jainkoarengan eta fidatu zaitez laguntzeko gai dela

Sufrimendu asko kezkatik eta antsietatetik dator.
Zergatik sufritu behar duzu beldur zarena oraindik gertatu ez
denean? Imajinatu Jainkoaren babes-argia alde guztietatik
inguratzen zaituela, eta haren babes zoragarria sentituko
.duzu

Gure antsietate gehienak beldurretik sortzen direnez,
beldurra gure bizitzetatik kentzen badugu, libre sentituko
gara eta sendatzea berehalakoa izango da. Gauero, oheratu
aurretik, baieztatu zeure buruari Jainkoa zurekin dagoela,
.babesten eta zaintzen zaituela

Drama kosmiko honetan, arraza guztietako gizakiek
bizitzaren istorioa antzezten dute denboraren eszenatokian.
Bizitzaren esanahia ulertu behar dugu gure rol
.iragankorrekin gehiegi kezkatu edo obsesionatu gabe

Bizitzaren pertzepzioa askotan distortsionatua eta
desbideratua dago, egoismoaren begiekin eta horizonte
mugatuekin begiratzen dugulako. Arimaren begiekin
begiratuko bagenu, gauzak ikuspegi guztiz desberdin batetik
.ikusiko genituzke

Jakinduriaren begia irekitzen dugunean, Jainkoaren argi
osoa ikusten dugu, eta argi horretan gure izaera espirituala
hautematen dugu, unibertsoaren partikula eta atal guztiak

zeharkatzen dituen kontzientzia unibertsalaren izaeraren isla
.dena

Egia espiritualek inguratzen gaituzte, gure begi itxien
ateetan jokatzen dute, iluntasunaren ordezkargia ikustera
animatzen gaituzte, ezjakintasunaren ordezkargi jakinduriaz
jokatzera, gorrotoaren ordezkargi maitasunez gure bihotzak
betetzera eta bakea ezartzeko eta ugaritasuna eta
segurtasuna gure mundura ekartzeko lankidetzan aritzera.

Hori egiten dugunean, ezjakintasuna desagertuko da,
egoeraren desberdintasunak desagertuko dira, batasuna
ikusiko dugu eroldan eta jainkoazko nahiarekin
.harmonianago egongo gara

Jainkoarekiko dugun harremana ez da hotza edo
maitasunik gabekoa, enplegatzaile baten eta langile baten
artekoa bezalakoa. Bere familia gara, etengabeko ardura du
gurekin, eta beti entzuten gaitu. Bere izatearen parte gara,
.eta Harekin dugun harremana bizirik eta bizia da

Gure Sortzaileak maitasun, ulermen, ikuspegi,
borondate on eta indar espiritual agortezin batez hornitu
gaitu, baina gehienok aberastasun hori ezerezean xahutu
dugu. Jainkoak segurtasunean, bakean eta lankidetzan
atseginean bizitzea nahi du, familia noble eta maitekor bati
dagokion bezala, baina gutizia eta kalkulu berekoiak errotu
dira gure bihotzetan eta desadostasuna erein dute gure
.artean

Jainkoak nagusi izatea nahi gaitu, baina guk esklabo
izatea aukeratu dugu

Gizakia bere zeruko etxetik urrundu da eta
Jainkoarengandik hurbil eta Jainkoa berarengandik hurbil
sentitzearen barne-paradisua galdu du, eta ezingo du
.paradisu hori berreskuratu ahalegin pertsonalik gabe

Jainkoak bere irudian sortu gintuen, baina egia hau gure burutik ihes egin du. Gure patua zailtasunak direla eta gure patua suntsipena direla dioen ilusioari amore eman diogu. Ilusioaren beloa jakinduriaren sastakaiarekin urratu behar .dugu atzean dagoen egia distiratsua ikusteko

?Nor gara eta zein da gure benetako izaera

Gizakiek desberdintasun nabariak dituzte, bai beren osaera psikologikoan edo emozionalean, bai bizitzan betetzen dituzten roletan, bai egiten dituzten lan eta jardueretan, bai sentitzen dituzten desioetan. Baina desberdintasun horien guztien azpian gizaki orok, salbuespenik gabe, nahi eta behar dituen bi gauza daude. Bata mina eta nahi mota guztietatik askatzea da. Bestea zoriontasun osoa eta iraunkorra da: asebetetze osoa, non .bakea, maitasuna, jakinduria eta poza dauden

Egia esan, gizakiek lortu nahi dutena Jainkoa da, izen hori erabili edo ez. Jakintsuek diote Jainkoa zoriontasunaren funtsa eta zoriontasunaren espiritua dela, eta inork ez du asebetetze osoa biziko iturri kosmikotik zuzenean edaten ez .badu. Hau funtsezko puntua da giza egoera ulertzeko

?Baina non bilatzen du jendeak bilatzen duena

Munduko gauzetan bakarrik bilatzen dute: ondasunetan, kanpoko egoeretan eta beste pertsonekin ditugun harremanetan. Baina ezinezkoa da mundu honetako ezertan, inorengan edo edozein egoeratan aurkitzea, sorkuntzaren .izaera bera kontuan hartuta

Sorkuntza dualtasunaren printzipioan oinarritzen da Ezinezkoa da kolore bakarreko irudi bat izatea, ez baitago modurik bere aurkakoa gabe moldatzeko Era berean, ezinezkoa da existentziaren edozein alderdi dualtasunetik isolatuta existitzea Hala ere, pertsonak motibatzen dituzten

desioak aztertuz, ikusten dugu bakoitzak gauza onak,
atseginak, ederrak eta positiboak bakarrik nahi dituela, ezer
desatsegin edo desiragarririk ez izateari aurre egiteko
inolako gogorik gabe Baina hori ezinezkoa da

Mundu dualista honetan, ez dago plazerrik mina gabe,
ez argirik iluntasunik gabe, ez onik gaizkirik gabe, ez
bizitzarik heriotza gabe. Txanponaren bi aldeak
bereiztezinak dira. Horrek esan nahi du gure baitan
.sakonean irrikatzen duguna ezin dela mundu honetatik lortu

Jendeak bilatzen du —bai, beren indar guztiarekin
bilatzen dute— baina ez dute bilatzen dutena aurkitzen, eta
horrek etsipena eta itxaropenik eza sortzen ditu. Horrek ez
du etsipena bakarrik eragiten, baita haserre handia eta
haserre bizia ere, eta ondorioz, indarkeria ekintzak. Hori
guztia gertatzen da bilatzen dutena leku egokian bilatzen ez
dutelako, eta, ondorioz, ez dute aurkitzen beren bihotzek
.nahi dutena

Gure garaiko jendeak ez daki asko bizitzaren esanahiari
eta xedeari buruz, eta, beraz, nahasmena eta nahasmena
.jasaten dituzte

Berez, gizakiak helburu bat duten izakiak dira. Bizitzan
helbururik ez badute, eta beren adimena, energia,
borondatea eta emozioak modu positibo eta eraikitzailean
zuzentzen ez badira, bide suntsitzaileetara joko dute, hala
nola alkoholaren eta drogen gehiegizko kontsumora,
indarkeriara jotzera, eta abar. Bizitzaren azken helburua
Jainkoa ezagutzea da, eta norbanakoei dagokie beren rolak
eta kanpoko jarduerak harmonizatzea ekintza zuzenen,
ikuspegi sendoen, jarrera positiboen eta beren emozioen
.bideratze onuragarriaren bidez

Gure izaeraren bi alderdi hauek —barneko edo alderdi
espirituala eta kanpoko alderdia— ez dira kontrajarriak,

behar bezala ulertzen badira. Aitzitik, elkarri laguntzen diote eta gure gaitasun eta potentzial fisikoak, psikologikoak, emozionalak eta espiritualak garatzen eta hobetzen .laguntzen digute

Jendea hutsune handi batean bizi da, estimulazio intelektualik edo psikologikorik gabe. Aspertuta sentitzen dira helburu faltagatik eta beren bizitzari balioa eta zentzua eman diezaiokeen ezeren faltagatik. Batez besteko pertsona gai izan daiteke psikologikoki eta mentalki osasuntsua balitz ?bezala funtzionatu eta jokatu, baina zoriontsuak al dira

Bizitzaren helburu nagusia nor garen eta zein den gure benetako izaera jakitea da. Bizitzaren alderdi sakonenei merezi duten arreta ematen badiegu, zoriontasuna sentituko dugu ezinbestean, gizakiaren zoriontasuna norberaren buru espiritualarekin konektatzearekin lotuta baitago, eta hori .gabe ez dugu existentziarik edo izaterik

Porrotaren edo gaixotasunaren beldurra etengabe pentsatzeak elikatzen du, porrotaren ideia kontzientetik subkontzientera igaro eta azkenean goi-kontzientziara iritsi arte. Ondoren, subkontzientean eta goi-kontzientzian errotuta dagoen beldurra ugaltzen eta hazten hasten da, kontzientea beldur-belarrez bete arte, eta hauek ez dira ernetzen hasten den hasierako pentsamendua bezain erraz ezabatzen. Belar kaltegarri hauek, azkenean, fruitu pozoitsu eta hilgarriak ematen dituzte. Zorionez, bere sustraiak barrutik ezaba daitezke ausardian arreta handia jarritz eta Jainkoarengan fede absolutua txertatuz, eta Jainkoarengan fedea txertatuz, gai baita bere buruari lagundu eta .kalteetatik babestu nahi dutenei laguntzeko

Bazen behin, itsasoaren gainazalean burbuila txiki bat flotatzen ari zen, ekaitz eta tximistaz mesfidati, ahots bat xuxurlatzen entzun zuenean: "Bizitzaren burbuila txikia, zer "?gertatzen zaizu

Ez al dakizu bizitzaren ozeanoaren parte zarela?

Burbuila txikiak ingurura begiratu eta konturatu zen
.horretaz

Giza kontzientzia burbuila txiki bat bezala flotatzen da
kontzientzia kosmikoaren itsasoaren gainazalean, burbuila
iragankorra dela pentsatuz, gaixotasunaren, pobreziaren eta
heriotzaren beldurrez dardarka. Ai burbuila, beldur al diozu
ozeanoari? Begiratu ingurura eta behatu arretaz. Aldatu zure
ikuspuntua zure ingurune hurbiletik Jainkoaren eremu
infinitura. Sakondu, zabaldu zure ulermena, jakin eta ziur
egon zaitezten. Bat zarela bere itsaso zabalarekin, eta
Jainkoa zurekin dagoela. Babesten zaitu, eusten zaitu, orain
.eta beti

Tranpak eta tranpak saihestea

Bihotzean desio sendo bat sentitzen duzun bakoitzean,
hura betetzera bultzatzen zaituena, erabili bereizmena eta
galdetu zeure buruari: "Bete daitekeen desio ona al da hau,
ala ohoratu behar ez den desio txarra?". Desio material
osasungaitzek gure ohitura txarrak sustatzen dituzte
itxaropen faltsuak eta zoriontasun ilusorioa emanaz. Kasu
horietan, bereizmenaren boterea erabili behar da egia
agerian uzteko. Ohitura txarrek, azken finean, zoritxarrera
eramaten dute. Beren benetako izaera agerian geratzen
denean, indargabe bihurtzen dira pertsona bat
sufrimenduaren tranpetan eta miseriaren tranpetan
.harrapatzeko

Hausnarketak eta istorioak

Bizitzan eta heriotzan, atsekabe eta hondamendietan,
Zuregan dudan fedea, Jauna, sendo eta sendo mantentzen
.da, irmo eta astintzezin

Nire irrika eta erregu bakoitzak ateak eta leihoak
irekitzen ditu nire ariman, eta horietatik Jainkoaren
.zoriontasunera igarotzen naiz

Eguzkiak leku jendetsuenetan distiratzten duen bezala,
jainkozko maitasunaren izpiak ikusiko ditut nire bizitzako
.arlo guztietan eta eguneroko jardueretan

Bedeinka nazazu, Jauna, egunsentiarekin batera nire
.arima esnatu eta zure atari bedeinkatura eraman dezadan

Orein muskatuaren istorioa

Musk usain indartsua duen substantzia preziatua da,
Himalaia garaian bizi den orein muskatuaren zilborrean
.aurkitzen dena

Oreinak adin jakin batera iristen denean, musk
liluragarria bere zilborretik isilpean isurtzen hasten da, eta
oreina usain erakargarri horrekin asaldatzen da eta dantzan
.hasten da usain atsegin horren iturria bilatzen

Leku batetik bestera mugitzen da, harkaitzen artean eta
zuhaitzen azpian usaintzen, usain zirraragarri horren iturria
.nonahi bilatuz

Azkenik, haserretu, asaldatu eta antsietate handiagoa
sentitzen du hitzik gabe geratzen denean eta irrikaz eta
.grinaz bilatzen ari dena aurkitzen ez duenean

Muskaren iturrira iristeko azken saiakeran, harkaitz-
labar garaietatik haran sakonera salto egiten du bere patuari
aurre egiteko eta heriotza aurkitzeko, eta une horretan
ehiztariek harrapatu eta muskaren zakua edo guruina
.ateratzen diote

Zentzu honetan, poeta argitueta bateg honelako
:zerbait errexitatu zuen

!Ai orein muskatua, ergela
?Zergatik sufritzen ari zara? Zergatik zaude logabe
Musk hau eskuragarri dago
!Sabel-zakuarekin, ergela
Sudurrarekin ukitu arren
Zuregandik dator usain sekretua
Espero zenuena irabaziko zenuke
Eta gastatu gabe bizi izan zinen

Ez al duzue uste, lagunok, jende gehienak orein
muskatuak bezala jokatzeko duela? Beti eta beti bilatzen dute
.zoriontasuna beren buruetatik kanpo

Bai, zoriontasuna jolasean bilatzen dute, eta desio eta
irriketan nekearen nekea agortu arte murgilduz.
Aberastasunaren bide irristakorretatik igotzen dira,
azkenean itxaropen handien amildegietatik frustrazioaren
eta porrotaren harkaitzetara salto egin arte, beren arimaren
sakonuneetan gordetako benetako zoriontasuna aurkitu ezin
.dutenean

Gure pentsamenduak barrura begiratzen baditugu eta
sakon hausnartzen badugu, arimaren lasaitasunean
aurkituko dugu bilatzen dugun benetako eta iraunkorraren
.zoriontasunaren iturria

Ez dugu orein muskatua bezalakoa izan behar,
zoriontasunaren bila leku okerretan hiltzen. Aitzitik, erne
egon behar dugu eta zoriontasuna geure baitan aurkitzen
.saiaitu behar dugu, ez geure kanpoan

.Botoiaren istorioa

Behin gizon bat etorri zitzaidan bihotzeko gaixotasun
:kroniko bat zuela esanez, eta gaineratu zuen

Gauza asko probatu ditut, baina ez naiz gai bihotzeko"
"mina kentzeko

Lasai pentsatu ondoren, guraizeak ekartzeko eskatu
:nion. Dardarka begiratu zidan eta esan zidan

?Nire bihotza irekitzeko asmorik al duzu, jauna—

Barre egin eta erantzun nion: "Ez naiz medikua. Entzun
al duzu inoiz norbaitek guraizeak erabiltzen dituela
"!ebakuntza egiteko

Azkenean, nahi gabe guraizeak ekarri zituen, beraz,
berokiko botoi bat moztu nion eta esan nion ez josteko beste
botoirik haren ordeztu, eta ez jartzeko eskua botoia falta zen
tokian. Bi aste barru itzultzeko ere esan nion, eta espero
.nuen denbora horretan sendatuko zela

Gizonak barre egin eta esan zuen: "Eskatu duzuna
egingo dut, zutaz fidatzen naizelako, baina uste dut inoiz
"!errezetatu didaten sendagairik arraroena dela

Bi aste geroago korrika etorri zitzaidan eta, harrituta,
:esan zidan

Espezialistek ziurtatu zidaten bihotzeko gaixotasunetik"
sendatuta nengoela. Beraz, Jainkoarren, zer egin zenuen?
"?Botoi batetik jeinu bat atera zenuen

Irribarrez erantzun nion: "Bai! Zure eskua etengabe
botoiarekin jolasean ari zen, eta botoia bihotzarekin
."lerrokatuta zegoen

Botoi hori zen zure bihotzeko mina eragiten zuen jeinua.
Beraz, botoia moztu eta esan nizun ez ordezkatzeko edo

eskua bihotzean jartzeko. Horrela, zure bihotzak presioa
!arindu zuen eta minik egiteari utzi zion

Dena azkar doa, eta jendea gauza askorekin lanpetuta
dago. Jakina, hobe da munduko oparotasuna biltzea denbora
galtzea baino, sasoia pasatzen utzi eta esku hutsik amaitzea.

Baina bildu behar dena bizitzako uztarik oparoena da:
Jainkoarengana hurbiltzea eta hura ezagutzea. Benetako
zoriontasuna lortzeko modu bakarra mundu honetan zerbait
.lortzea eta arrakasta espirituala lortzea da

Jainkoa ezagutzen dutenek ez dituzte eguneroko
betebeharrak hasten Jainkoarengan mediatu eta beren
gogoak eta gorputzak bedeinkatutako energia
.jainkotiarrekin kargatu aurretik

Munduko eskakizun askok beren helburu espiritualak
bilatzen dituztenak uxatu eta aukeratutako bidetik
desbideratu ditzakete. Baina erabaki irmoa dutenek ez dute
ezerk bidetik ateratzen uzten; erabakitasunez irauten dute
.egoera zail edo kaltegarriak gorabehera

Munduak edozer eman arren, ez du gure bihotzen irrika
asetuko, munduko altxor eta aberastasun guztiek baino
egonkorragoa, garrantzi handiagoa eta preziatuagoa den
.zerbaiten irrika baitute

Pertsona bat hiltzen denean —luz bizi zaitezela—,
lurreko inongo boterek ezin du ezer egin haren alde. Nork
lagundu gaitzake mundu hau utzi ondoren? Jainkoa. Beraz,
beti gogoratu behar dugu mundu hau gure zeruko etxerako
bidaian geldialdi bat besterik ez dela, non betiko biziko
.garen Errukitsuenaren aurrean

Gehiegizko aberastasunak ez ditu osasuna, bakea eta
eraginkortasuna bermatzen, baina bakea eta

eraginkortasuna lortzeak arrakasta orekatua ekarriko du bai
.maila espiritualean bai materialean

Jende gehienak eraginkortasun mentala garatzen du
arrakasta materiala lortzeko soilik. Baina pertsona bat bere
buruaren jabe bihurtzen denean eta bere ahalmen
psikologikoak kudeatzen dituenen eta jainkozko planaren
arabera jokatzeko duenean, bere bizitza bedeinkatua izango
da, eta espirituaren nektarra dastatuko du lur honetan
dagoen bitartean. Ez da gehiago ohitura eta desioen preso
izango, baizik eta bere kontzientzia jainkozko presentziaren
bihotzean eraldatuko da, eta han biziko da deskribaezina
.den plazer berrituz gozatuz

Gorputza da farmaziarik handiena

Medikuntzako ikertzaileek aurkitu dute poz izugarria
sentitzen dugunean, gorputzak antidepresiboak eta estresa
murritzten duten beste substantzia batzuk sortzen dituela,
medikuek agindutakoak bezain indartsuak eta eraginkorrak
direnak. Gorputza Lurreko farmaziarik onena da, gauza
egokia une egokian ekoizteko gai dena, Jainkoak guregan
.jarri duen oreka espiritualarekin harmonian gaudenean

Ez da estres guztia kaltegarria; estresak gure
gorputzetan zehar doan energia bizia esnatzen du eta
jarduera eta mugimendua estimulatzeko ditu. Ikerketek
.frogatu dute estres kopuru egokia onuragarria dela

Baina arazoa sortzen da estresak maila osasungarria
gainditzen duenean

Bakoitzak estresarekiko muga pertsonal bat du, eta
muga hori gainditzen denean, behar baino estresatuago
bihurtzen gara, eta baliteke horretaz ez jabetzea
gorputzean, emozioetan eta buruan arazoak agertzen hasi
.arte

Jainkoarekin bizitza poza eta zoriona da, Jainkorik gabe,
berriz, antsietatea, nahasmena, zailtasunak eta baita
hondamendia ere badaude. Beraz, nola aurki dezakegu
bakea eta lasaitasuna hondamendi eta tragediek
menderatutako bizitza batean, eta nola ekarri zoriontasun
?pixka bat lur honetara

Lehenengo baldintza bizitzaren presioen jakitun izatea
.da, haien eraginpean gaudenean

Jainkoa Guztiz Jakintsua eta Guztiz Jakituna da, eta gure
gorputzak erosotasuna, ondoeza, lasaitasuna eta antsietatea
bezalako seinalez hornitu ditu, eta seinale horiei erreparatu
behar diegu. Gure gorputzean adimen jainkotiar bat dago
zerbait esaten saiatzen dena, eta mezu hauei entzun behar
diegu estres edo atseden garaian. Estresatuta sentitzen
zarenean, zentratu zure burua estresa jasaten ari den
gorputzeko atalean, gero arnasa sakon hartu eta, aldi
berean, astiro-astiro tentsatu zati hori bibratu arte. Ondoren,
erlaxatu eta askatu tentsioa. Horrek gorputzean energia eta
bizitza-oreka mantentzen lagunduko du eta estresaren
.ondorio kaltegarrietatik babestuko du

Arnasketaren bidez ere kudeatu dezakegu estres
emozionala. Beldurra edo beste edozein emozio kaltegarri
sentitzen duzunean, hartu eta bota arnasa poliki, sakon eta
erritmikoki hainbat aldiz, zure gorputza arnasa botatzean
erlaxatzen utziz. Horrek bihotz-taupada azkarrak moteltzen,
odol-zirkulazio normala berreskuratzen, nerbio-energiaren
fluxua errazten eta zure burua lasaitzen eta pentsamenduak
.argitzen lagunduko dizu

Bizitza ez da larrialdi egoera bat; jainkozko adierazpen
eder bat da, eta gozatu egin behar dugu. Gogora dezagun
irribarrea botere bat dela; erabiltzen ez badugu, bizitzaren
.alderdi garrantzitsu bat galtzen dugu

Gizakiak emozio eta sentimenduak dituzten arimak dira,
eta jantzi edo beroki baten antzera janzten duten gorputza
dute. Baina gorputzaren eta emozioen mailan soilik bizi
garen bitartean, estresaren eta tentsioaren eragin
.negatiboaren menpe egongo gara

Gure funtsezko izaerarekin, hau da, espirituarekin,
harmonian gaudenean, espirituaren poza bihotzera isurtzen
da eta maitasun bihurtzen da. Maitasun hau sentitzea,
arimaren bake eta lasaitasunarekin lotuta, eta haren eragin
harmoniatsuaren pean jardutea eta elkarreragitea da tentsio
eta kontraesanez betetako mundu batean naturalki bizitzeko
modurik egokiena. Poztasun honekin harmonizatzea da
.bizitzako arazoen konponbidea

Oharra: "Gorputzak estresa eta tentsioa murrizten
dituzten antidepresiboak eta beste substantzia batzuk
sortzen ditu, medikuek agindutakoak baino indartsuagoak
eta eraginkorragoak ez direnak" adierazpenari dagokionez,
hau ez da aholku eta errezeta medikoak baztertzeko
.aholkua, beraz, argitzeko beharra dago

Ekuazio magnetikoak

Presentzia sendoa eta joera gaiztoak dituen pertsona +
bihotz onekoa baina borondate ahulekoa = magnetismo
gaiztoa adeitasunaren gainera nagusitzen da

Joera gaiztoak dituen borondate ahuleko pertsona +
joera onak dituen borondate sendoeko pertsona =
magnetismo onak gailentzen du gaiztoa

Magnetismo espiritual ahula + biomagnetismo gaiztoa =
magnetismo gaizto handia

Indar moral handia + indar moral ahula = indar moral
handiagoa

Pertsona haserre eta bortitza + pertsona leun eta jatorra = haserrearen magnetismoak leuntasunaren gainetik gailentzen da

Temperamentu sendoa, orekatua eta lasaia + batzuetan atsekabea izateko joera duen temperamentua = lasaitasunaren magnetismoa nagusitzen da

Akats kroniko errotua + akats gutxiago errotua = akats magnetismo handia

Arrakasta positibo handia + arrakasta positibo gutxiago = arrakasta hobetua

Huts-bibrazio handia + arrakasta-bibrazio handia = huts-magnetismo handia edo arrakasta-magnetismo handia, ingurunearen eta baldintzen arabera

Adimen sendo eta osasuntsua + ezjakintasun osoa = edo maltzurkeria eta trebetasuna edo ezjakintasuna eta ergelkeria

Botere espiritual bikaina + botere praktiko bikaina = Magnetismo espirituala - benetan botere praktiko bikaina

Jendeak inguratzen dituen eterrean dauden izaki planetarioen ugaritasuna ikusiko balu, agian batzuek beren maiteak aurkitzen saiatuko lirateke. Jainkoak nire begi espiritualak ireki ditu, eta lurreko erreinua utzi duten arima horietako asko ikusten ditut. Begi espiritualean (kopeta erdian) sakonki zentratuz, barne-ikuspegiarekin ikus daiteke plano eterikora igo diren arima on guztiek bizi duten mundu .distiratsua, Errukitsuenaren presentziara

Gizakietan, bihotzak haririk gabeko hartzaile gisa jokatzen du eta begi espiritualak transmisore gisa. Zure maiteak hildakoak ikusi ezin badituzu ere, zure sentimenduak lasai bihotzean zentratzen badituzu, zure

maite dituzunen presentzia senti dezakezu, orain gorputz
etereoetan bizi direnak, Jainkoaren bakeaz eta segurtasunaz
gozatzen dutenak eta gorputzaren mugapenetatik
askatasunaz pozten direnak, horrela erosotasuna aurkitzen
.duzu haien bakean eta zure bihotza lasaitzen da haiekin

Jainkoaren izena ahoskatzen dudanean, nire izate osoa
poz gorenean urtzen da. Baina egoera hau ahalegin handi
baten ondoren bakarrik etorri zitzaidan. Hasieran, ez nintzen
irrikatsua, nire burua noraezean baitzegoen orduan. Baina
orain, nire pentsamenduak eta kontzientzia zentro
espiritualean —bekainen arteko espazioan— zentratzen
ditudan bezain laster, pentsamendu guztiak desagertzen
dira, arnasketa bere kabuz gelditzen da, bihotza taupadaka
gelditzen da, gogoaren nahasmena baretzen da eta
izatearen egoerak arimaren gainera jaisten dira, eta horrela
estasi espirituala bizi dut eta jainkozko zoriontasunean
.inguratzen naiz

Urrezko esaerak

Zoriontasuna nire eskubidea da, nire ondarea eta nire
jainkozko altxor ezkutua. Gidatu nazazu erregeen ametsak
.gainditzen dituzten altxorrak nire baitan aurkitzera

* * *

Bizitza erritmo erregularreko mugimendu adimentsua
da. Objektu bizigabeetan moldatzen da, edo forma bizidun
eta mugikorra hartzen du. Bizitza guztiz hartzen du eta dena
.zeharkatzen du

* * *

Maitale Handiena, zu zara bizitza, zu zara nire helburua
eta nire nahia

* * *

Egin nazazu arrosa loratu bat zure zeruko lorategian,
edo ale distiratsu bat zure maitasun distiratsuko lepokoan,

edo eman iezadazu ohore handiena: zure bihotzeko lekurik
.txikiena
* * *

Besteek ongia egiteko nire ahalegina estimatzen duten
lekuan, horixe da nik zerbitzurik onena eman dezakedan
.lekua
* * *

Ehundu dezagun ametsen alfonbra urreztatua
oroitzapen gozoen eta pentsamendu finduen hari
zetatsuekin
* * *

Maitasuna lixa-papera bezalakoa da, adimena leuntzen
.duena eta izaerari zakartasuna kentzen diona
* * *

Pandemiak, hondamendiak eta naturan gertatzen diren
aldaketa bortitzak, hondamendia, suntsipena eta kalte
orokorrak ekartzen dituztenak, ez dira "jainkozko
dekretuak". Hondamendi hauek gizakien pentsamendu eta
ekintzetatik sortzen dira. Munduko ongiaren eta gaizkiaren
arteko oreka delikatua gizakien asmo txarrek eta
gaiztakeriek eragindako uhin eta bibrazio kaltegarrien
metaketak hausten duen lekuan, kaosa nagusitzen da eta
.suntsipen orokorra gertatzen da
* * *

Jende guztiengandik onena hartuko dut, eta
nazionalitate guztien ezaugarri onak estimatuko ditut, haien
.akatsetan arreta jarri gabe
* * *

Eguneroko janariaren balio nutrizionalaz arduratzen
garen bezala, egunero gure buruari ematen dizkiogun
.mantenugai psikologikoei ere erreparatu beharko genieke
* * *

Hitz atseginak erremedio zoragarria dira gaitz
askotarako, indar magnetiko indartsua, ia magikoa baitute,
bedeinkapen eta oparotasun ugari ekartzen dizkiena

hizlariari. Hitz lasaigarri eta leunak erabiltzen dituztenek
korronte sotil bat sentitzen dute etenik gabe zeharkatzen,
lasaitasun sakon batez betetzen direlarik. Hau da, korronte
hori bere iturri altuagoarekin lotuta dagoelako, iturri horrekin
harmonian dauden arimetara iristen den fluxu konstante bat,
bakea nahi dutenei zoriontasuna transmititzeko aukera
.emanez

* * *

Zenbat hitz onek uxatu dituzte bihotzeko atsekabe asko
eta zenbat ahots jakintsuk argitu dituzte bide ilunak poz eta
!lasaitasun lanparekin

* * *

Bizi dugun esperientzia ororen bidez hazten gara, baldin
eta horietatik ikasgai baliotsuak ikas ditzakegula konturatzen
bagara. Bizi dugun min eta sufrimendu bakoitzak esanahia
.eta helburua du

* * *

Esperimentuen gogortasuna gorabehera, burdina urtzen
duen sua bezalakoak dira, altzairu eder, iraunkor eta
.polifazetiko bihurtzeko

* * *

Nire bizitzako lorpen bikain guztiak Jainkoarekin
harmonian dagoen gogo baten botereari esker lortu dira.
Jainkozko sorgailua martxan dagoenean, nahi dudan guztia
gauzatzen da salbuespenik gabe, lehenik diseinu ikusezin
eta etereo gisa forma hartuz eta gero errealitatean indar
.erresistiezin batekin agertuz

* * *

Adimenak Jainkoari bihotzez eta sutsuki xuxurlatzen
dionean arima irrikatsu baten sakonetik, espirituaren deiak
bihotz unibertsala ukituko du, eta erantzuna etorriko da,
berarekin batera poz izugarria ekarriz. Xuxurla intelektual
honek borondatea lantzen du, nahi den helburua lortzeko
.beharrezko indarra izan arte

* * *

Pertsona baten gogoa eta borondatea Jainkoarekin
harmonian daudenean, botere mugagabeaz hornituta daude,
beraz, zerbaitetan pentsatzea nahikoa da hori lortzeko,
jainkozko legeak borondate gorenarekin harmonian
.daudenen alde egiten baitu

* * *

Pertsona batek ez luke Jainkoak eman dizkion gaitasun
intelektual guztiak gauza iragankorrak bilatzeari eskaini
behar, materialismoaren labirintoan galdu eta bere buruari
muga eta oztopo beharrezkoak ez sortzeko beldurrez.
Horren ordez, bere gaitasun intelektualak erabili behar ditu
bizitzako beharrezkoak diren gauzak lortzeko eta bere
gaitasun moralak garatzen saiatu behar du, ongia eta gaizkia
bereizteko, eta kaltegarria dena eta onuragarria dena
.bereizteko

* * *

Egia iritzi eta teorien atzean dago, eta ikuspegi hau
hartzen duten askok beren ondorio subjektiboek mugatzen
.dituzte

* * *

Ireki, Jauna, lasaitasunaren ateak eta babestu nire
pentsamendu espiritualen santutegia xuxurla gaiztoen
erasoetatik, eta utzi nire irriken arrosak loratzen nire
bihotzeko lorategian, zure etorreraren egunsentia itxaroten
.dudan bitartean

* * *

Ezagutza teorikoak ezin du jainkozko ezagutza lortu, eta
komeni da norberaren denbora preziatua ez xahutzea
errealitatean aplikatu ezin diren teorietan, bestela norbera
oihan intelektual trinkoen erdian aurkituko baita eta teorien
.eremua gainditu ezinik

* * *

Zoriontasuna bizitzako egoera aldakorretan lortutako
garaipen psikologikoaren fruitua da

* * *

Jainkoak ezagutzen duena munduarentzat ezezaguna
izan daiteke

* * *

Pertsona batek bere burua ezagutza teorikoarekin
programatzen badu [benetako probarik gabe], esaera
zaharrak errepikatzen eta esaldi gorenak oihartzun egiten
dituen grabagailu eramangarri baten antzekoa izango da,
eta besteek jakintsutzat hartuko dute, baina ezagutza hori
ez da egiaren pertzepzio zuzenak indartzen, ezta lorpen
.espiritualak ere

* * *

Arazoak munduan jarraituko dute, beraz, nora jo daiteke
gidaritza eta norabide bila? Norberaren pentsamenduak,
ohiturek, aurreiritziek, joerak eta fanatismoak eraginda, ez
dute ezertarako balio, eta norberaren ingurunearen,
famiaren, herrialdearen edo munduaren eraginek ez dute
benetako gidaritzarik emateko. Beraz, Jainkoarengana jo eta
arimaren sakonetik datorren ahots lasai eta bareari entzun
.behar zaio, egiarekin harmonian dagoen ahotsari

* * *

Ireki zuen bihotzak jainkoazko isurketari, zuengandik isuri
eta zuen bizitzak bedeinkazio eta ontasun espiritualez bete
.ditzan

* * *

Edozein lan egiten duzun eta edozein lorpen lor
dezakezun, gogoratu beti Jainkoa dela lan egiteko eta
.lortzeko behar duzun indar guztia ematen dizun iturria

* * *

Gogora nazazu, Jauna, pobrezian eta oparotasunean,
gaixotasunean eta osasunean, ezjakintasunean eta
jakindurian, eta ikus dezadan zure argi bedeinkatua,
.ongizatea eta sendaketa ematen dituen une batean

* * *

Nire pentsamenduen bakardadean, zure ahots
bedeinkatua entzuteko irrikitan nago. Kanpora itzazu

niregandik nire oroimenaren tolesduretan ezkutatuta dauden
ahots lurtar eta latzak. Zure ahots lasai eta melodiosoa
.entzun nahi dut betiko nire arimaren lasaitasunean

* * *

Bizitza iluntasunean inguratuta dago, eta batzuetan
estropezu egiten dugu eta aurrera egiteko zalantzak izaten
ditugu. Jainkoaren argia izan behar dugu gure gidari-lanpara
bizitzaren bide ilunetan zehar ibiltzen garenean. Bera da
ilbetea ezjakintasun eta iluntasun gauetan, distira-eguzkia
esnatzeko orduetan, gidaritza-argia eta lurreko existentzia
.iragankorreko itsasoetan zehar dabiltzanentzako izar gidaria

* * *

Gizakiak bere kontzientzia ahanzturaren lozorrotik
espirituaren esnatzera esnatzeko garaia da

* * *

Jauna, eskatzen dizugu gure kontzientzia
ezjakintasunaren sakonetik eta pentsamendu estu eta
mugatuetatik bakearen, argiaren, maitasunaren eta giza
.erruki unibertsalaren horizonteetara igotzeko

* * *

Gauzak azkenean hobera egingo dute, Jainkoaren
botereak eta mirariak giza bizitzaren kontraesanen atzean
ezkutatuta baitaude, eta egoeraren saihestezintasunaz
konbentzituta ez dagoenak eta bere gogoarekin eta
fedearekin beloaren atzean dagoen horretara sartzen
saiatzen denak irekiko dio atea [esku sinesle orok jota]
.dagoenari

* * *

Fedeak ez du esan nahi arduragabea izatea edo egoerak
zentzuz ez jokatzea. Aitzitik, gertatzen dena gertatzen dela
ere, pertsonak ziurtatu behar du Jainkoak bakarrik lagundu
diezaiokeela egoera zail eta estresagarrietan, bihotz, arima
.eta sentimendu osoz Harengana jotzen badu

* * *

Gure zentzumenek egia osoa helaraziko baligute, Lurra
elektroi ibai gisa ikusiko genuke, eta hauts partikula bakoitza
.argi masa birakari gisa ikusiko genuke

* * *

Materiaren ikuspegitik espiritura sartzen direnek
ilusioaren izaera ulertzen dute eta egiaren funtsa ezagutzen
.dute

* * *

Afrikako oihanetan, gudu-zelaian, gaixotasun edo
pobreziaz jota dagoen pertsona bat konbentzitu behar du
bere burua Jainkoaren eskua arriskua baino indartsuagoa
dela eta gai dela harengan babesa bilatzen dutenak
.babesteko

Ez dago norbera babesteko modu eraginkorragorik.
Noski, logika erabili behar da gertaerei aurre egiteko eta,
.aldi berean, jainkozko laguntzan fede osoa izan

* * *

Izaki guztien bihotzetan bizi den maitasuna —ama, aita,
lagun eta maite guztien maitasuna— jainkozko maitasunetik
.dator

* * *

Bereizketa egin behar da betebeharrak nagusien eta txikien
artean, garrantzitsuena lehenetsiz soilik garrantzitsuena
baino. Gainera, ez dago beste betebeharririk kontraesanean
jarri behar denik. Eskriturek diote betebeharrak bat beste
batekin gatazkan dagoenean, benetako betebeharra ez dela
.frogatzen duela

* * *

Eguzkiaren izpi biziak zabaltzen diren heinean,
itxaropen izpiak zabalduko ditut pobreen eta abandonatuen
bihotzetan [gizarteak baztertu dituenen], eta erabakitasun
berria txertatuko dut porrot egiten dutela uste dutenen
.bihotzetan

* * *

Paramahansa irakasleak bere dizipuluetako bati esan
zion: "Ez baztertu inor zure maitasun zirkulutik. Gorde denak
."zure bihotzean eta haiek zuregan gordeko zaituzte

* * *

Jauna, lagundu iezadazu nire borondatea beti erabiltzen
ekintza onuragarriak eta onak egiteko
Lagundu iezadazu Zure nahiari egokitzen, nire
pentsamendu guztiak Zure helburuei erantzuteko eta Zure
."nahiarekin harmonian egon daitezen
Nire baitan ezkutuko eta bedeinkatutako boterea
esnatzen lagundu zidan, zailtasun eta proba guztiak gainditu
."ahal izateko

* * *

Esnatu zaitez ausart eta apal den nortasun espiritual
horretara - lehoien indarra usoen leuntasunarekin uztartzen
."duen nortasun espiritual horretara

* * *

Ez naute kritika mingots eta faltsuek gogaituko, ezta
laudorio eta lausengu oparoek ere. Nire desio bakarra zure
."nahia egitea da, Jauna, eta zure faborea lortzea

* * *

Ezin duzu imajinatu jainkozko presentzia sentitzean
beteko zaituen poz izugarria. Zure arima Jainkoaren
maitasun mugagabeaz mozkortuko da orduan. Milioika aldiz
gainditzten duen maitasuna da edozein giza maitasun; zure
desio guztiak betetzen dituen eta zure bihotza poz eta
.asebetez betetzen duen maitasuna

* * *

Barne-fokuaren bidez, zoriontasun espirituala zuzenean
bizi dezakezu zure baitan eta zure inguruan. Kontzientzia
hau lantzen baduzu, zure nortasuna modu harmoniatsuan
haziko da, eta magnetismo erakargarria lortuko duzu
."pertsonentzat eta beste izakientzat

* * *

Oi Babesle Handia, ez zait axola dena galtzea nire
patuaren ondorioz, neuk egina baita, baina zuri eskatzen
dizut, nire babesleku bakarra, zureganako maitasunaren
kandela axolagabekeriaren eta ahanzturaren haizeetatik
.babesteko

* * *

Edan dezagun ase arte bakearen ur garbi eta
freskagarrietatik, egoera faboragarrien iturburuetatik
datozenetatik, positiboki pentsatzeko eta ikuspegi baikorra
.izateko dugun erabaki sendoak indartuta

* * *

Kontzientzia pertsona baten benetako izaera eta
motiboak agerian uzten dituen zentzumen intuitiboa da.
Zure kontzientzia garbi dagoenean, eta zuzena dena egiten
ari zarela badakizu, ez duzu ezer beldurtzeko. Kontzientzia
garbia Jainkoaren jokabide onaren lekuko da. Kontzientziaren
auzitegian absolbituta egoteak zoriontasuna izatea eta
.Jainkoaren bedeinkazioak jasotzea esan nahi du

* * *

Saiatu jende gehienak egiten ez dituen gauza ausart eta
atseginak egiten, eta eman maitasuna eta bakea besteek
.alde batera uzten dituzten horiei

* * *

:Paramahansa irakasleak bere dizipulu bati esan zion
Adimena lantzen denborarik ematen ez baduzu, ez"
duzu oparotasun materialak asetuko. Lantze hau ez da
tortura, baizik eta kontzientziaren entrenamendua
zoriontasunera eramaten gaituzten pentsamenduak eta
."ekintzak elikatzeko

Zure zoriontasuna zure arrakasta da, beraz, ez utzi inork
lapurtzen. Babestu zeure burua zu gogaitzen saiatzen
direnengandik. Mutikoa nintzenean, pazientzia galtzen nuen
norbaitek nire inguruko zurrumurru faltsuak zabaltzen

zituenean. Geroago, konturatu nintzen nire lasaitasuna
jendearen onespina edo miresmena baino garrantzitsuagoa
.dela

* * *

Jainkoarekiko deboto batzuek bizi duten jainkozko
maitasunaren istorioa jakingo bazenu! Bizitzako beste
esperientzia batek ezin du poz horrekin konparagarri izan.
Jainkoaren maitasunean etengabe murgilduta zegoen santu
bat ezagutu nuen, eta bere aurpegiak maitasun santua
irradiatzen zuen. Jainkoaren begia beti dago maite
.dutenengan, eta ez ditu inoiz une batez ere abandonatzen

* * *

Gutxi dira beren gaitasun mentalak eta espiritualak
garatzeko interesa dutenak

* * *

Ez utzi zeure buruari atzerapenaren hondora
hondoratzen. Jaiki zaitez eguneroko errealitate
aspergarriaren lozorrotik eta abiatu bizitza findu baten
.horizonteetarantz, non lorpena, poza eta bakea dauden

* * *

Zure baitan inbertitzeko zain dagoen potentzial izugarria
dago, eta zu zara hori aktibatu eta onura ateratzeko gai den
.bakarra

* * *

Ohitura txarren eta pasio osasungaitzen aginduetatik
askatasunak arrakasta materialak baino zoriontasun askoz
.handiagoa dakar

Arrakasta literarioak kanpoko egoerek kendu ezin
.dizuten zoriontasun psikologikoa dakar

* * *

Denbora guztia dirua pilatzen eman dezakezu, baina
diru horrek ez dizu bilatzen duzun bake eta segurtasun
iraunkorra emango. Aitzitik, atsekabe handiagoa ekarriko
dizu, zoriontasuna eta bakea gogoan baitaude, ez gauzetan
.bertan

* * *

Ez utzi ahultasunak zure buruan sartzen, eta kontuz ibili
pentsamendu negatiboak eta ikuspegi pesimista duten
pertsonekin elkartzean, haien pentsamendu ahulak zure
buruan ez sartzeko, zure buruak besteen pentsamenduek
ahuldu ezin duten indar maila lortu ezean, baizik eta, aitzitik,
besteen pentsamenduak indartu eta haien autokonfiantza
.handitu ahal izango duen arte

* * *

Jainkoa da lehenengoa, eta ez genuke gure eguna hasi
edo amaitu behar beragan pentsatu gabe. Gogoratu behar
dugu Jainkoagandik jasotzen dugun indar eta energiarik
gabe ezingo genukeela gure zereginik burutu. Hau da
.Harekiko dugun betebeharririk handiena

* * *

Badago ohiturak eta tradizioak ebaluatu eta epaitzeko
modu bat. Hasieran, tradizio guztiek zuten justifikazio bat.
Justifikazio hori oraindik egia dela ikusten badugu, orduan
tradizioak esanahia eta onura ditu. Hala ere, ez da
zentzuzkoa tradizioei itsu-itsuan jarraitzea. Jakin behar dugu
zer den zuzena eta jarraitu, zoriontasuna zerk ekar
.diezagukeen bereiziz eta gero aplikatuz

* * *

Hainbeste jende zoriontasun edo arrakastarik gabe
ikusten duzunean, ez pentsa hori dela haien patua. Nahi
duzuna bihur dezakezu zeure burua. Zure barne arrakasta
.da benetan arrakastatsu egiten zaituena

* * *

Zure baitan ezer ez baduzu, ez zara zoriontsu izango.
Baina zure inguruan ezer ez baduzu eta zure baitan
zoriontsu bazara, zalantzarik gabe arrakastatsua zara. Beraz,
ezinezkoa da pertsonak kanpoko egoeretan oinarrituta
.epaitzea

* * *

Jendetza zabalen artean, egon daiteke gorakada
espiritualera iritsi den eta barne-bakea eta zoriontasun
.espiritual gorena gozatzen duen pertsona bat

* * *

Badakit ziur behar dudan guztia etorriko zaidala, eta
horregatik ez dut kezkatzen etorkizunak zer dakarren. Hau
ez da harrokeria edo itxurakeria, botere bedeinkatu horren
lana eta eraginkortasuna askotan esperimentatu baititut nire
.bizitzan

* * *

Bizitzaren gainazalean flotatzen ari naizen ala
itsasoaren sakonean itotzen ari naizen, badakit Jainkoarekin
nagoela eta bera nirekin dagoela, eta ezerk ezin didala
kalterik egin. Ezagutza horrek zoriontasun deskribaezin eta
.sakona eman dit

* * *

Zalantzarik gabe, zerbait berria erostea esperientzia
atsegina da. Baina denbora baten ondoren, sentsazio alai
hori pixkanaka desagertzen da, eta baliteke interesa guztiz
galtzea, ahaztu eta beste zerbait desiratzea. Hala ere,
elementu horren faktura ez da ahaztuko, batez ere kuotan
!ordaindu baduzu

* * *

Pertsona batek bere bizitzaren kontrola hartu eta ahalik
eta gehien sinplifikatu beharko luke. Beharrezko eta
larrialdietarako dirua aurreztu beharko luke, luxuetan
gastatzearen gainetik aurrezteko lehenetsi eta ahal duen
guztia eman besteei. Besteei laguntzen diezunean, laguntza
modu batera edo bestera etorriko zaizu, eta ez zaizu ezer
.faltako eta ez zaizu ezer galduko

* * *

Bihotz guztien pozean, zure zoriontasunaren oihartzuna
entzuten dut, Jauna, eta fededun guztien adiskidetasunean,

zure maitasuna sentitzen dut. Pozten naiz eta nire bihotza
pozten da nire lagunen arrakasta eta oparotasunaz, nire
ongizate eta erosotasunaz pozten naizen bezala. Besteengan
jakinduria pizten dudan heinean, nire jakinduriaren altxorak
biderkatzen ditut, eta guztien zoriontasunean, nirea
.aurkitzen dut

* * *

Zoriontasunaren etsairik handiena luxuak erosteko dirua
maileguan hartzea da. Jendeak uste du, oker, ezin direla
zoriontsu izan zerbait zehatza eskuratzen ez badute. Baina
gauza hori eskuratu ondoren ere, ez dute benetako
zoriontasunik biziko, dakarren aldi baterako poza
gorabehera. Zertarako hautsi egingo dela agintzen duen
lurreko zoriontasunaren mirajaren atzetik ibiltzeak? Jendeak
modu sinplean bizi beharko luke, etengabeko arreta behar
.duten ondasun ugari behar izan gabe

* * *

Nire paradisua nire baitan dago Jainkoaren
bedeinkapenez gozatzen dudan heinean, eskerrak ematen
dizkiot, eta nire barne-pozaz hazten da Barne-poztasun hori
gabe, lurreko plazer eta pozak ere infernu bihurtzen dira
Konturatu naiz barne-poz hori gabe, nire gain jarritako
erantzukizunen zamak bakea eta zoriontasuna kenduko
.zizkidala

* * *

Aberastasuna gaixotasunekin eta arazoekin batera
badago, ondorioak ugariak izango dira Higienea eta osasun-
laguntza Mendebaldearen indarguneen artean daude
Intsektu kaltegarriak eta mikrobio hilgarriak
eraginkortasunez kontrolatzen dira herrialde garatuetan,
beste batzuetan ugariak diren bitartean Baina izurrite hauek
ezabatzea ez da lorpenaren gailurra, beste mota bateko
gaitz batzuk baitaude herrialde garatuetan, hala nola,
ordaintzeko zailtasunak dituzten fakturak eta zatika

ordaintzeko sistemek eragindako finantza-krisi itogarriak —
.—loa nahasten eta lasaitasuna ahultzen duten gaitzak

* * *

Unibertso handi hau sortu zen kontzientzia beraren

.parte gara

* * *

Ikusi al duzu inoiz ardi-talde bat? Batek salto egiten
badu, gainerako artaldeak zalantzarik gabe imitatzen du.
Jende gehienak horrelakoa da. Norbaitek ideia bat
bururatuko litzaioke edo joera berri bat aurkeztuko luke, eta
beste batzuek berehala jarraituko diote modari eta kopiatu
egingo dute. Eredu hau belaunaldiz belaunaldi iraun du.
Nazio guztiek dituzte bere ohiturak eta tradizioak, eta ezin
dugu esan guztiak zuzenak edo sendoak direnik. Baina nork
daki? Agian ohitura eta tradizio horietako batzuk
.zentzugabeak eta alferrikakoak dira

* * *

Pentsamenduen ekaitz nahasia baretzen denean,
bakearen erreinuan sartzen gara eta jainkozko presentzia
ukitzen dugu

* * *

Pentsa ezazu Jainkoarengan, edo bakea inspiratzen
duen paisaia eder batean, edo esperientzia alai eta atsegin
batean. Buruko jarduera positiboa eta lasaia indarberritzailea
.eta freskagarria da

* * *

Mundu kaotiko eta nahasi batean bizi gara. Diruak
zoriontasuna esan nahi duela pentsa dezakezu, baina lortzen
duzunean, zorigaiztoko zarela ohartzen zara. Aberastasuna
lor dezakezu eta —Jainkoak ez dezala utzi— osasuna gal
dezakezu. Edo osasun ona izan dezakezu eta dirua galdu.
Edo aberastasuna eta osasuna izan ditzakezu, baina arazo
ugari izan ditzakezu besteekin, adeitasuna eskainiz, baina
trukean haserrea eta gorrotoa jasoz. Jainkorik gabe, bizitza
.honetan ezerk ezin zaitu benetan ase

* * *

Lurra tortura-ganbera bihurtzen da jainkozko planaren
ezjakintasunean bizi direnentzat. Baina bizitzako
esperientziak zure irakasle gisa ikusten dituzunean eta
haietatik mundu honen benetako izaera eta drama
kosmikoan duzun rola ikasten duzunean, esperientzia horiek
argibide baliotsu bihurtzen dira betiko poztasun eta
.zoriontasunerako bidean

* * *

Han, iluntasun ilunaren, isiltasun isilaren eta sortu
gabeko ezerezaren atzean, betiereko esentzia dago,
existentziaren jatorria eta botere eta izaki guztien, ikusgaien
.zein ikusezinen, iturria dena

* * *

Jainkoak ez zuen lur hau sortu guretzat jan, lo egin eta
hiltzeko soilik, baizik eta bere nahia ezagutu eta gure
existentziaren helburua uler dezagun. Jakintsu gutxi batzuek
ulertu dute kosmosaren planaren esanahia, baina jende
.gehiena itsua da eta ez da konturatzen helburu horretaz

* * *

Dirua ez zen inoiz nire bizitzako helburua izan; nire
helburua gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzea zen.
Horregatik, Jainkoak aukera asko ireki zizkidan neure burua
.mantentzeko eta nire misioa betetzeko

* * *

Jainkoak unibertso hau lege finko eta aldaezin baten
arabera funtzionatzeko sortu zuen. Lege unibertsal hauetako
edozein urratzen badugu, geure burua zigortzen dugu.
Eraikin altu baten teilatutik salto egiten duen norbaitek
hezurrak hautsi egingo ditu. Beraz, ezin dugu grabitatearen
.legea alde batera utzi ondorioak jasan gabe

* * *

Munduko zibilizazioei begirada sakona eman eta
antzinako zibilizazioen sekretu ezkutak aztertzen
ditugunean, irudi zabal bat agertzen da, lerro

korapilatsuekin, kapitulu anitzekin eta xehetasun zehatzekin,
eta gizakia aldi berean banakakoa eta soziala dela ikusten
.dugu

* * *

Jainkoak kontzientzia materialaren menpe bakarrik
bizitzea nahi badu, gauza materialekin guztiz asebeteta
egongo ginateke eta munduko bideekin konformatuko
.ginateke

* * *

Ametsak gainditzen dituen garbitasun, bake eta
zoriontasun izpiak distira eta dantzan dabilta gure
funtsezko sakontasunean

* * *

Gure lurreko bidaia honetan gure bizitzako zeruan
agertzen den esperientzia bakoitzarekin, gure kontzientzia
zabaltzen eta inguratzen gaituzten edo jasaten ditugun
inguruabarrak hobeto ulertzen ikasi behar dugu, eta orduan
harmonia hobean bizi eta jendearekin eta bizitzarekin
.leunago eta seguruago moldatuko gara

* * *

Jende gehienak besteak imitatzen ditu. Pertsona batek
originala eta sortzailea izan behar du, eta egiten duen guztia
.menperatu

Ekialdean, arreta nagusia zoriontasun espirituala lantzea
izan da, bizitzaren alderdi materialak askotan baztertu diren
bitartean. Mendebaldean, erosotasun material batzuk
badaude, baina zoriontasun psikologiko gutxi. Behar dena
bien arteko oreka da, bizitzaren alderdi bakarrean
zentratzeak desoreka eta bizitzaren eskaerei arrazionalki
.aurre egiteko ezintasuna dakarrelako

* * *

Zoriontasun handiena -jainkozko zoriontasunaren
ondoren- pertsona bat urteko egun guztietan bizi behar
.dituen bere senide hurbilekin bakean egotea da

* * *

Jendeak denbora asko galtzen du presaka eta inpultsiboki
jokatzen, gauza handirik lortu gabe. Gutxi dira hausnartzeko
eta bizitzak zer eskaintzen duen ulertzen saiatzeko gelditzen
.direnak

* * *

Bakearen lorategietan jakinduriaren barne eraikinak
eraikitze lan egin behar dugu, bertute espiritual
.zoragarrien lore ugariekin loratzen eta distiratzeko direnak

* * *

Barne harmonia indar iturri aberatsa da eta energia
berriztagarria sortzen du

* * *

Bizitzari begiratuta, arrakasta ez dela erraza
konturatzen gara Bizitza askotan gogorra eta barkaezina da,
eta bizibidea ateratzeko borrokatu behar dugu Pentsa ezazu
zure gorputza mantentzeko eta osasuntsu eta
gaixotasunetatik libre mantentzeko behar den ahaleginean!
Horretan arrakasta izan arren, arrakasta hori aldi baterakoa
da Gorputza —luzerako bizitza izan dezazula— azkenean
atseden hartuko du Beharrak indar ugariri aurre egitea
agintzen du, bai barnekoak bai kanpokoak, nahi den
arrakasta lortzeko Indar hauek nekaezin lan egiten dute
benetan esanguratsuak diren lorpenak lapurtzeko

* * *

Saiatu lasai egoten edozein egoeratan, eta utzi zure
.bakearen hazia alaitasunez eta poztasun irribarrez loratzen

* * *

Santu handienek ere ez dute salbazio osoa lortzen beren
arrakasta besteekin partekatzen ez badute, hau da, beren
esperientzia espiritualak eta ezagutza handiagoa, ezagutza
.santua lortzen lagunduz

* * *

Horregatik, etapa horietara iristen direnek eta egoera
horietara iristen direnek gogotsu eskaintzen diete ulermena
behar dutenei. Benetako arrakasta lortu nahi baduzu, ez
duzu zure zoriontasun pertsonala bakarrik ziurtatuko, baita
.besteena ere

* * *

Adimena duen edonork irabaz dezake dirua. Baina
bihotzean maitasuna badu, ez du inoiz diru hori helburu
berekoietarako erabiliko; aitzitik, besteekin partekatuko du.
Dirua madarikazio eta zoritxarra da berekoien eta zikoitzen
eskuetan, eta bedeinkapen eta oparia bihotz oneko eta
.arima eskuzabalekoen eskuetan

* * *

Norbaitek denbora luzez isilik egotea aukera dezake,
denbora horretan bere senideekin hitz egiteari uko eginez.
Pertsona horrek barne-bakea lor dezakeen arren, bere
portaera berekoia eta kaltegarria da bere familiaren
zoriontasunerako. Ezin da benetan arrakastatsutzat jo, bere
.maiteek ere bere lorpenetik etekina ateratzen ez badute

* * *

Era berean, arrakasta materiala lortzea ez da soilik
ongizateaz gozatzeko dugun eskubidea, baizik eta
besteekiko dugun erantzukizun moralak ere, haien baldintza
.materialak eta bizi-baldintzak hobetzen laguntzeko orduan

* * *

Nire kontzientzia garbiaren hormen atzean babestuta
nago, iragan iluna erre dut eta gaurkoaz bakarrik nago
.kezkatuta

* * *

Gaur konturatzen naiz ongi handienaren argiarekin bat
naizela eta atsekabeen itsasoko olatuen aurka borrokatzen
.direnentzako itsasargia naizela

* * *

Jendeak ikuspegi eta teoria desberdinak ditu arrakastari
buruz, bizitzako anbizioen arabera. Ez da arraroa entzutea
batzuek arrakasta lapurretarekin parekatzen dutela,
honelako gauzak esanez: "Lapur arrakastatsua zen!". Horrek
azpimarratzen du arrakasta, bere forma eta barietate
guztietan, desiragarria eta bilatua dela. Hala ere, gure
.arrakastak ez luke besteei kalte egin behar

* * *

Arrakastarako beste irizpide bat ere badago: geure
buruarentzat emaitza harmoniatsuak eta onuragarriak
lortzeko gai garenean, besteak ere gure arrakastan sartu eta
.haren fruituak haiekin partekatu behar ditugu

* * *

Arrakastak pertsona baten ingurunean duen poztasuna
eta gogobetetasuna esan nahi du. Benetako arrakasta
zuzentasunaren printzipioetan oinarritutako ekintzen
emaitza da, eta besteen zoriontasuna eta ongizatea hartzen
ditu barne, norberaren zoriontasunaren zati gisa. Printzipio
hau gure bizitza materialean, intelektualean, moralean eta
espiritualean aplikatzen badugu, arrakastaren definizio osoa
.eta zabala izango dugu

* * *

Hemen, mundu mugatu honetan, luzera, zabalera eta
dentsitatea hautematen ditugu, baina badago beste maila
bat non dimentsioak ez diren existitzen; dena da argi eta
gardena — dena da kontzientzia eta pertzepzioa. Dastamen
zentzua pertzepzioa da, usaimena bezala. Gure
sentimenduak, pentsamenduak eta gorputzak kontzientzia
egoerak dira. Ametsetan ikusi, entzun, usaindu, dastatu eta
ukitu dezakegun bezala, maila altuago horretan ere,
sentsazio horiek guztiak kontzientzia hutsaren bidez bizi
.ditugu

* * *

Jauna, zoriontsu egin gaitzazu zure hurbiltasuna
sentituz, askatu gaitzazu desioen kateetatik eta eman

iezaguzu bizitzako esperientziek eta gertaera aldakorrek
.eragiten ez duten barne-poza

* * *

Gure adimenak pertzepzio altuagoekin bat datozenean,
kontzientzia espirituala esnatzen da gure baitan eta
jainkozko jakinduria eta maitasunaren mirari harrigarriak bizi
.ditugu

* * *

Jainkoa guztiz maite badugu eta gure pentsamendu eta
bihotz guztiekin Harengana jotzen badugu, hurbil sentituko
gara Harengandik eta bizitzako segurtasun babesleku
.handiena dela ikusiko dugu

* * *

Itxuraz hutsik eta hutsik dagoen espazioan, unibertsoko
gauza bizidun eta bizigabe guztiekin batzen gaituen lotura
kosmiko eta betiereko bizitza bat dago; bizitza handiko olatu
.batek existitzen den guztia zeharkatzen du

* * *

Betikotasuna da gure benetako etxea eta bizileku
iraunkorra, eta gorputz hauetan dugun existentzia aldi
baterako existentzia da, basamortuan zehar bidaiatzen ari
.den karabana baten atsedenaldi labur bat bezala

* * *

Espirituaren indar sortzaileekin lerrokatzen garenean,
gure arazoak gidatu eta konpontzeko gai den gogo
unibertsal eta infinituarekin konektatuko gara. Sormen-
indarra gure izatearen iturririk handienetik etenik gabe
isuriko zaigu, gure jardueraren edozein arlotan arrakasta
.sortzailea lortzeko aukera emanaz

* * *

Maitasuna hazten eta loratzen da konfiantza, tolerantzia
eta elkarrekiko errespetuzko giro batean

* * *

Bedeinka gaitzazu, Jauna, pentsamendu garbien eta
ohitura onen argiarekin, ohitura txarren eta pentsamendu

desbideratuen iluntasuna hurbiltzen bazaigu, berehala uxatu
dadin. Eta lagundu iezaguzu Zu maitatzen hain maitasun
sakon batekin, non ez ilusio materialek ez munduko
tentazioek ez gaituzten harrapatu edo gure gogoak eta
.bihotzak harrapatu

* * *

Erraz lortzen diren gauzak gutxitan dira baliotsuak.
Badakigu hori gizon-emakume handien bizitzak aztertu
ondoren, eta nola bihurtu ziren handi beren talentuak
garatuz, beren betebeharrak betez, beren balio moralak
eraikiz, azterketa sakonetan parte hartuz eta berekoikeria
saihestuz. Baina lortu zituzten emaitzak eta lortutako
lorpenak neurrigabe handiagoak izan ziren egindako
.ahalegina baino

* * *

Benetako askatasuna jakinduriak gidatutako eta
ulermenak, zuzentasunak eta borondate irmoak babestutako
.aukera askatasunean datza

* * *

Zure borondatea, determinazioa eta bereizketa
kontzientea esnatzen dituzunean, indar ikusezinak askatzen
dira goi-kontzientziatik —arimaren ikuspegiaren bidez—
laguntzeko eta erosotasun psikologikora eta zoriontasunera
.daramaten bideak argitzeko, Jainkoaren laguntzarekin

* * *

Pertsonak bere ahaleginaren bidez ireki behar ditu
arimaren ubideak. Inork ez du borondatez aukeratzen
sufrimendua eta miseria bakearen eta zoriontasunaren
gainetik. Ezjakintasuna da sufrimenduaren erroa eta kendu
eta ezabatu beharreko oztopoa. Ezjakintasuna belar txar
kaltegarria da, sakonki errotua, gizateriaren lorategian
hazten dena eta landare on eta onuragarriak baztertzen
.dituena

* * *

Ezjakintasuna borondate irmo eta erabaki irmoarekin
gainditu behar da. Gogoaren lurra arretaz [positiboan] landu
behar da, eta hazi onak fedearen urez ureztatu.
Maitasunaren izpi bizi eta beroek distiratzten dutenean,
ontasunaren hazia haziko da eta belar txarrak eta landare
parasitoak gaindituko ditu, iluntasuna ezin baita existitu
.argiaren aurrean

* * *

Gauza materialen plazerrak lausotu eta desagertzen
dira, baina jainkozko poza ez da inoiz itzaltzen. Amaigabeko
.eta deskribaezina den jainkozko zoriontasuna da

* * *

Ezin ditugu inoiz metodo okerrak erabili zoriontasuna
lortzeko, ezta barruan dugun bakea eta aberastasun
espirituala alde batera utzi behar ekintza eta portaera
infernalek ondorio suntsitzaileak dituzten erosotasun
.ilusorioaren eta bizitza distiratsu baten bila

* * *

Bakea da jainkozko presentzia harrapatzeko kamerarik
onena. Lasaitasun puru eta zehatzaren lentearen bidez, irudi
.bedeinkatua argitasun perfektuarekin agertuko da

* * *

Izan ere, jakinduria guztia zure baitan dago eta behar
.duzun guztia horren kontziente izatea da

* * *

Benetako poztasuna norbere hobekuntzan datza, beraz,
besteek zu bila zaitzaten, zuk haiek bilatu beharrean.
Maitasuna eta adiskidetasuna dohainik eman behar dira,
itxaropenik edo eskaerarik gabe. Itxaropenak miseria eta
atsekabea baino ez ditu sortzen. Norbere hobekuntzaren bila
ahalegindu arren, bakarrik, seguru eta bakean egon behar
.da norberaren bertuteen eta autoestimuaeren gotorlekuan

* * *

Poztasun eta baikortasun ur-jauziak isuri daitezela beti
nire bihotzetik, eta haien zipriztin freskagarriak uki ditzala
.ezagutzen ditudan guztiak

* * *

Poztasun espiritualak ariman sortzen du besteak modu
guztietan laguntzeko nahia, eta zoriontasunera eramaten
duten plazer moral finduak estimatzeko gaitasuna garatzen
.du, horrela plazer zakarretarako joera murriztuz

* * *

Zure rola txikia izan arren, rol handienak bezain
garrantzitsua izaten jarraitzen du arimek bizitzako
eszenatokian egiten duten antzezlan kosmikoaren
.arrakastan laguntzeko orduan

* * *

Kontzientzia osoa kontzientzia absolutua eta infinitua
da, etengabe berritzen dena eta bere sormena ez da inoiz
agortzen, eta zure bidez bere alderdi berezi bat adierazten
.saiatzen da

* * *

Jainkozko maitasuna behin bakarrik dastatzen baduzu
ere, ez diozu inoiz amore emango, unibertso osoan ez
.baitago parekorik

* * *

Jainkoa ezagutzen dutenek oso aurrerapen espiritualeko
mailara iritsi dira, ezen ez baitira konformatzen bekatariei
aholku espiritualak eskaintzearekin, baizik eta -Jainkoaren
grazia eta laguntzarekin- botere espirituala eman
.diezaiekete beren bekatuen ondorioetatik askatzen dituen

* * *

Ekintza on eta txar guztiak garuneko zeluletan latente
daude eta pentsamenduan ohitura edo joera on edo gaizto
.gisa agertzen dira

* * *

Garuneko zelulak ohitura horien botereaz kargatuta
daudelako ohitura osasungaitzak jasaten dituen pertsona

batek borondatearen, meditazioaren, otoitz zintzoaren eta
etengabeko baieztapen positiboen bidez askatu dezake bere
burua, ohitura desegoki guztiak bake eta lasaitasun ohitura
on bihurtu arte. Hori gertatzen da behar bezala zuzendutako
bizi-indarrak garuneko zelulen izaera anormala aldatzeko lan
egiten duenean, zelula horiek on, bertutetsu eta eder den
.guztiaz bete daitezten

* * *

Ulermena barne begia da, arimaren ikuspegia eta
bihotzaren teleskopioa. Gogoaren lasaitasunaren eta
.kontzientziaren garbitasunaren arteko oreka da

* * *

Egunero eszena desberdinak ikusten ditugu, eta
egunero ikasgai berri bat dakar ikasteko. Gizakiak ikasgaia
bere existentziaren azken helburuan zentratuz ikasiko duela
espero da: bere izatearen iturria eta bere bizitzaren oinarria
.aitortzea

* * *

Iraganeko atsekabeak ahazten ahalegindu gaitezten eta
ez dezagun horietan gehiegi pentsatzen utzi. Irmoki erabaki
eta borondate aktiboz, berritu ditzagun gure bizitzak, hobetu
ditzagun gure arrakastak eta landu ditzagun ohitura onak
.eta ezaugarri nobleak

* * *

Besteen ahuleziak agerian uzten dituen eta lotsa eta
haserrea eragiten diona jakinduriatik eta epaiketa onetik
.urrun dago

* * *

Leku eta garai guztietarako esaerak

Jainkoarekin harmonian daudenek edertasun liluragarria
ikusten dute eta beste inola ere bizi ezin daitekeen
.gozotasun gorena dastatzen dute

Nire arimak Zuri dei egin zionean, Zure isiltasunaren
hodeiak lehertu ziren, Jainko maitea, eta Zure errukiaren
euria uholdeetan isuri zen, Zure graziaren uholde gainezka

bihurtu arte. Zure ibai bedeinkatuak nire izatearen ertzak
irentsi zituen, eta nire arima betikotasunaren uretan
murgildu zen, eta nire bizitza txikiaren burbuila Zure
.existentzia osoaren ozeanoan desegin zen
Nire tutoreak jakinduriaren zizelarekin nola jokatu
irakatsi zidan, jainkozko presentziaren duin den tenplu bat
.egiteko

Helburu noble bat lortu nahi baduzu, hasi horren eredu
mental bat sortzen. Orain edozein norabide sendo ezarri
dezakezu zure kontzientzian ideia sendo bat zure buruan
landatzen baduzu; orduan zure izaki osoa ideia horretara
.egokituko da, eta zure ekintzak harekin lerrokatuko dira
Jainkozko bihotza ukitzen duzunean, zure arazoak
desagertuko dira, maitasunak zure bihotza beteko du eta
esperientzia espiritual zoragarriak iturri garbiak bezala
.dantzatuko dira zure gogoaren lorategietan
Hodei askok ezkutatu eta niregandik ezkutatu nahi
zaituzte, baina irrika malkoen ihintzaren bidez, zure izen
bedeinkatua agertzen zait gortina eta belo guztien atzetik
.letra urreztatu distiratsuetan distiraka

Kontzientzia garbitasunak egia gardentasunez jokatzeari
esan nahi du

Badira funtsezko beharrak eta batzuek "beharrezkoak"
direla uste dutenak, benetan beharrezkoak ez direnak eta
soberan daudenak. Bizitza sinplifikatu beharko litzateke
oinarrizko beharretan arreta jarritz eta beharrezkoak ez diren
.luxuak ezabatuz

Zein altua zaren, adiskidetasuna, eta zein emankorra
eta sakratua den zure lurra! Maitasuna da zure elikadura eta
.leialtasuna zure edaria

Bi pertsona harmonian eta adostasunean dabiltzanean,
desberdintasunak izan arren, helburu bakar batek batzen
ditu: arimaren bakea eta lasaitasuna aurkitzea maitasun

hutsean eta elkarrekiko leialtasunean, eta maitaleak ez duen
plazerra bilatzen maitearen kontura, orduan, altruismoaren
lorategian, adiskidetasunaren lore usaintsuak loratzen dira
.eta beren usain gozoa zabaltzen dute
Munduak gure adimena beste modu batera entrenatzen
du, hainbeste gauzatara ohituz, ezen zoriontasuna lortezina
dela pentsatzen hasten garen gauza horiek gabe. Baina
bizitza, eta haurren bizitza bereziki, sinplifikatu egin behar
.da; bestela, bizitzak etsipen mingotsen bidez irakatsiko die
Egia pentsamendu edo irudimen hutsa baino
zehatzagoa eta errealistagoa da, baina pentsatzen edo
imajinatzen duguna batzuetan egia bihur daiteke
Irudimena elementu erabakigarria da pentsamendu
sortzailearen prozesuan. Hala ere, irudimenak heldutasuna
lortu eta konbikzio sendo bihurtu behar du, eta hori
.ezinezkoa da borondate sendorik gabe
Zure borondate guztiarekin zerbait bistaratzen baduzu,
zure irudimena konbikzio pertsonal bihurtuko da, eta
konbikzio hori mantentzea lortzen duzunean
Iritzi kontrajarri guztiak gorabehera, zure konbikzioa
errealitatean gauzatuko da
Norberak bere kabuz zutik jartzen ikasi behar du,
.norberaren bertuteek eta autoestimua lagunduta
Poztasun espirituala poz berritua da eta gero eta
gehiago agertzen da Jainkoaz sakon pentsatzen dutenengan.
Erabaki zuzenak hartzen eta gauza zuzenak egiten laguntzen
duen poztasuna da, eta aurkitzen denean, desio eta irrika
osasungaitzak desagertzen dira, poz espiritualarekin
.alderatuta duten erakargarritasuna galtzen baitute
Gure Sortzaile Ahalguztidunak bizitza, indarra eta
jakinduria eman dizkigu, eta gure betebeharra da hari arreta
eskaintzea eta gure bihotzak hari maitasunez, esker onez
.eta haren fabore eta adeitasuna aitortuz altxatzea
Lagundu iezadazu, Jainkoa, ez pizten haserrearen sua,
ez dezadan erreminarekin sugarretan nire baitako eta besteen

baitako bakearen oasi berdeak erre. Lagundu iezadazu
amorruren sua itzaltzen nire maitasunaren euri
.etengabearekin

Nire samurtasunaren eta bakearen aintzira bare eta
geldi egon dadila, miseria baino ez dakarren atsekabearen
.ekaitzek asaldatu gabe

Betebehar sentimenduak bultzatutako ekintzak egitea,
edo beste pertsona baten zerbitzura eta maitasunean
norberaren nahiak sakrifikatzea, askoz hobea da
.beldurragatik egitea baino

Pertsona batek jainkozko legeak haustea uzten duenean
ere, Jainkoarenganako maitasunagatik egin behar du, ez
.haren zigorraren beldurragatik

Edozein dela ere zure beldurra, alde batera utzi zure
pentsamenduak horretatik, utzi Jainkoari eta sendotu zure
.konfiantza harengan

Beldurra beti dago gizakiarekin, eta hori kentzea posible
.da Jainkoaz pentsatuz eta haren presentzia sentituz

Hasieran zaila izan daiteke bertutearen bideetan
ibiltzea, baina bide bedeinkatuak dira, gogo-bakerantz eta
.benetako zorientasunera eramaten gaituztenak

Jainkoaren aintza gure bizitzako txoko guztietan distira
dadila, haren maitasuna gure bihotzetan bizi dadila eta
haren argiak gure kontzientzia bete dezala

Oi ene maite jainkotiarra, loreak loratzen dira eta
urtaroak aldatzen dira, eta denek zutaz hitz egiten dute
Ilargi beteak zure irribarrearen ezaugarriak erakusten ditu,
eta eguzkiak zure zeruko lanpara darama Malko itsaso
batean igeri egiten dut, zure irrikaz gainezka Zuhaitzen
hostoetan eta gizateriaren zainetan zure bizitza eta
bizitasuna dabilta, eta zure bihotz kosmikoaren taupada
.sentitzen dut nire baitan taupaka

Zure presentzia sentitzen dudanean, beste mundu
batean esna nagoela sentitzen dut, eta noizean behin lur
honetaz eta gorputz txiki honetaz amesten dut - nireaz.

Zoriontasun amaigabea nago esna, eta lurreko bizitzaren
ametsa zurekin esna igarotako une zoriontsuen oroitzapenek
lurrinduta dago. Amesgaiztoen belar txarrak errotik kendu
ditut nire ametsen lorategitik eta haien ordeztu nire
inspirazioaren arrosak landatu ditut, non nire irrikaren
usainak erakarriko zaituen, eta zu etorriko zara zurekin
.eramatera betiko zoriontasunaren horizonteetara
Jainkoa, egin nazazu garden garbitasunez eta
garbitasunez, zure sendatzeko argia nire baitan atera
.dezadan

Baretu nire gogoaren ispilu dardartia, zure aurpegi
.infinitu islatu dezan
Ireki fedearen leihoak zabal-zabalik, zure bakearen
.usaina arnastu ahal izan dezadan

Oi, Zeure baitan distiratsua zarena, Oi, deskribaezina
den Maiestatea, begira ezazu zu irrikatzen duten nire
.begiekin, zu baino ez dezadan existitzen

Bizitzaren fenomeno eta itxura guztien atzean
Jainkoaren ahots isila dago, etengabe loreen, liburu santuen,
gure kontzientziaren eta bizitza bizitzeko modukoa egiten
.duten gauza eder guztien bidez deitzen diguna
Bilatzaileak gailur espiritualetara iristeko egiten duen
ahalegin oro Jainkoak zenbatzen du berarentzat eta ondo
.saritzen du horregatik

Jauna, eskatzen dizugu gure gogoak zure egiaren
argiarekin argitzeko, gure bihotzak zure maitasunez taupaka
jartzeko eta gure arimak zure pozarekin eta zure graziaren
.ugaritasunez betetzeko

Adimenak zeharkatu ezin duen horizonte garden
horretatik, Jainkoak bere betiko argia isurtzen du Eta adimen
kosmikotik inspirazio sublimeak eta botere bedeinkatuak
datoz, eta jarduera sortzailea adimen ireki eta
harmoniatsuetara isurtzen da

Zure arima, zure bihotza, inspirazio-txinparta guztiak,
zeru urdina, izar distiratsuak, mendiak, lurra, hegaztiak eta

loreak erritmo kosmikoaren, poz espiritualaren eta batasun
unibertsalaren hari bakar batek lotuta dituela konturatzen
zarenean, orduan konturatuko zara denak kostalderik ez
.duen jainkozko ozeanoaren bularrean dauden olatuak direla
Gure Sortzailea ahazten badugu, sufrimendua merezi
dugu. Jainkoa gure maitea dela eta maite gaituela konturatu
behar dugu, eta ezagutza horrek gure arazoetatik eta
.sufrimendutik askatuko gaitu

Jainkoaren benetako maitaleak ez du inoiz haren
bilaketa etenik, nahiz eta hainbat saiakera egin ondoren
aurkitzen ez duen. Ekaitza baretu ondoren olatu batek
ozeanoaren bihotzera itzuli behar duen bezala, bilatzaile
sutsuak ere bai; inplizituki sinesten du oztopoak hautsi
egingo direla eta lehenago edo beranduago ozeano
kosmikoarekin bat egingo duela, ozeano infinitu horrekin,
.zeinetatik etorri eta zeinetara itzultzen den
Adimenak etengabe jainkozko maiteaz pentsatzen
duenean, bihotzak poz eta zoriontasun abestiak abesten ditu
Emanazio espirituala gizakia orain denetik etorkizunean
.izango denera ateratzea da

Pertsona batek ezin du bere benetako izaera
besteengandik ezkutatu, bere pentsamenduen bibrazioak
nolabait bere portaeran islatuko dira eta bere ekintzen bidez
.agertuko dira

Askok dute askatasunari buruzko ideia okerra;
askatasuna pertsona batek nahi duena egitea dela uste
dute, eta nik askatasun horri kapritxoan askatasuna deitzen
.diot

Askatasunaren benetako izaera gaizki ulertzeagatik,
guraso batzuek seme-alabak tradizioaren menpe jartzen
dituzte, haien desioak berehala betez. Haurrak, orduan, uste
du bere nahiak betetzen diren bitartean zoriontsu direla, eta
bizitzaren helburua desio guztiak betetzea dela. Hala ere,
geroago oker zeudela deskubritzen dute, kanpoko mundua
etxeko bizitzatik guztiz desberdina baita, eta ikasten dute

desio guztiak betetzea ez dela erraza! Beste batzuek alde batera utzi eta baztertu egin ditzakete beren desioen bila. Ondorioz, haurra gogortu eta emozionalki sorgortu egiten da bere desioak asetzeko gogo izugarriagatik. Beraz, gurasoek seme-alabei lagundu behar diete beren borondatea eta bereizmena garatzen, munduan bizi ahal izan daitezen, .haren tranpetan eta zuloetan erori gabe

Amak dio: "Maitasunez irakatsi". Noski, haurrak maitasunez tratatzea ona da oro har, baina gehiegizko gozotasunak hortzak hondatzen ditu, eta era berean, gehiegizko mimatzeak haurrak hondatzen ditu. Irmotasun eta erabakitasun maila bat beharrezkoa da, baina haur bat akats batengatik gogor tratatzen eta zigortzen bada, ondorioak latzak izango dira. Oreka egon behar da haurrak nola tratatzen eta jokatzeko diren; aita orok bere izaera maitasunez eta samurtasunez baretu behar du, eta ama orok bere maitasuna jakinduriaz eta arrazionaltasunez ondu .behar du

Pertsona batek Jainkoarenganako maitasun eta irrika egoera psikologiko egonkorra mantendu behar du. Lan asko probatu ditut, baina nire lanaren izaera edozein dela ere, .nire pentsamenduak beti Jainkoarekin daude

Sorkuntza honetaz gozatu beharko genuke, baina esklabo bihurtzen utzi gabe. Eta esperientziak irakatsi dit .Jainkoa aurkitzearen poza paregabea dela

Zeregin garrantzitsuei ekin aurretik, lasai eseri, zentzumenak eta pentsamenduak baretu, sakon meditatu eta jainkozko laguntza bilatu behar da gidaritza espiritualala .eta norabide ona lortzeko

Utzi konturatzen egunsentiaren aurpegian, loreen ezpainetan eta gizon-emakume nobleen aurpegietan dagoen .irribarrea zure irribarrea dela

Ez naute zorte txarren, gaixotasunen edo ustekabeko oztopoen irudi jarraituek eragingo, badakidalako diziplinatutako kontzientzia batek, kontzientzia

kosmikoarekin estuki lotuta dagoenak, ez dituela inplizituki
.porrotak eta eragozpenak jasaten

Askatasunak jakinduriaren arabera jokatzeko gaitasuna

esan nahi du, ez pasioen, ohituren eta kapritxoaren arabera.

Egoari obeditzeak esklabutzara eramaten du, eta
espirituaren bultzadei men egiteak, berriz, mugak
.gainditzeko askatasuna dakar

Jauregi dotore batean edo etxola xume batean bizi

.naizen berdin zait, Jainkoa nirekin dagoen bitartean

Zintzoki irabazitako dirua modu xumean bizitzeko

.erabiliko dut, bizimodu xelebrea alde batera utzita

Jainkoarenganako fedearen eta borondatearen

erabileraren bidez, pertsona batek gaixotasuna, porrota eta

ezjakintasuna gainditu ditzake, baldin eta borondatearen

bibrazioak gaitz fisiko edo psikologikoen bibrazioak baino

indartsuagoak badira. Zenbat eta kronikoagoa izan

gaixotasuna, orduan eta sendoagoa eta erabakiagoa izan

behar du borondateak, eta orduan eta sakonagoa eta

.sendoagoa izan behar du fedeak, nahi den emaitza lortzeko

Inspira nazazu, Jauna, zuregan bakarrik konfiantza

jartzera, eta ez gizakien babes-bideetan. Ez utzi beldurrak

eta antsietateak bizitzako edozein probetarako nire indar

mugagabea paralizatzen. Ez utzi istripuak, hondamendiak

eta zorigaitzak imajinatzen, pentsamenduaren eta

irudimenaren bidez agertzearen beldurrez. Eta konturatu

nazazu, Jauna, esna edo lo nagoen, esna edo ametsetan

galduta, bizirik edo hiltzen, zure presentzia babesleak

.inguratzen eta zaintzen nauela oraindik

Jakintsuek diote: Jainkoaren maitasunak eta bertuteak

bultzatutako egintza onen fruitua harmonia eta garbitasuna

da; desira eta anbizio berekoiek bultzatutako egintzaen

fruitua mina eta sufrimendua da; egintza gaiztoen fruitua

.ezjakintasuna eta ergelkeria da

Ekintza onek zoriontasuna ekartzen dute, eta maitasun

propioak bultzatutako munduko ekintzek, berriz,

sufrimendua eta mina. Hala ere, etengabeko egintza
gaiztoek pertsona baten bereizketa eta ulermen gaitasuna
.suntsitzen dute

Bakean eta harmonian bizi nahi baduzu, zure asmoak
onak izan behar dira, eta adeitasun pentsamenduak eta
maitasun sentimenduak zabaldu behar dituzu. Bizitza
bertutetsua bizitzen baduzu, zure adibidearen eta jokabide
.onaren bidez besteei lagunduko diezu

Antsietatea eta nahasmen mentala sentitzen ditudan
unean, lasaitasunera eta hausnarketara erretiratuko naiz
lasaitasuna berreskuratu arte, eta egun bakoitza Jainkoaz
pentsatuz eta haren laguntza eta gidaritza eskatuz hasiko
.dut

Hartu erabakia gorrotoaren belar itogarriak ez haztea
eta zure bizitzako lorategian sartzea, espiritu noble baten
bertutez gainezka dagoen lorategi batean. Eta zenbat eta
gehiago landu arrosa-antzeko ezaugarri usaintsu hauek,
orduan eta gehiago agerian utziko dizu Jainkoak zure baitako
.existentziaren sekretu handiena

Bizitzaren helburua bakea, asebetetzea, hilezkortasuna,
segurtasuna eta egiaren ezagutza lortzea da, eta gure baitan
pizten diren desio horien bihotzean gure barneko jainkozko
.esentzia dago

Aurki dezadala nire askatasuna Zugan, Jauna, eta
kontura naiteke nire benetako etxea Zure existentzia osoa
.dela eta Zure kontzientzia kosmikoaren parte naizela
Oi itsaso zabal eta jainkotiarra, utzi nire desioen ibaiak,
oztopo eta oztopoen basamortuetan zehar doazenak,
.azkenean zure sakontasun handietan nahasten
Jainkozko gotorlekuan bakarrik aurkitzen dugu babesa
eta segurtasuna, eta ez dago babesleku seguruagorik
Jainkoarengandik hurbil sentitzea eta haren presentzia
.ukitzea baino

Gizakiak ohiturek gobernatzen dituztenez, eta horiek
beren joerak, izaera eta desirak moldatzen dituzte, ohitura

horiek txarrak badira, izaera kaltegarri bihurtzen da eta ekintzak gaizto. Beraz, komeni da ohitura onak lehenestea, gure ekintzak eta pentsamenduak helburu nobleetarantz gidatzen baitituzte eta osasuna eta zoriontasuna ekartzen .dizkigutelako

Arima triste eta sufritzen ari diren lekuetan, nire erosotasuna aurkitzen dut haiei zerbitzatzean eta kontsolatzean. Nire ahala egingo dut besteei poza ekartzeko eta haien sentimenduekin enpatizatuko naiz nireak balira .bezala

Gizakietan gaitasun mentalak badaude, baina pertsona gehienengan garatu gabe jarraitzen dute, eta gaitasun horiek ez lantzeak ondorio larriak dakartza. Gorputzak bezala, adimenak elikadura egokia eta ariketa fisikoa behar .ditu osasunerako eta bizitasunerako

Diamante batek argia jasotzen eta islatzen du, eta hala egiten dute Jainkoa ezagutzen duten eta haren presentziaz .distiratzen duten arima garbi eta gardenak Jauna, zu zara bizitzako benetako aberastasuna, eta lehenik zu aurkituz gero, zugan aurkituko dut behar dudana .guztia

Jendeak normalean janarian, airean eta eguzki-argian bakarrik jartzen du arreta osasun ona mantentzeko, baina baliteke osasuna okerrera egiten duen une bat iristea, kanpoko bizi-iturri horien ugaritasuna izan arren. Orduan sortzen da gorputzaren energia-erreserbak barrutik .birkargatzeko beharra

Nire gogoaren ontzia arriskuak eta arriskuak dakartzaten irrika zikoitzen harkaitzetara hurbiltzen bada, ezjakintasunaren ekaitz bortitzek bultzatuta, izan zaitez, ene Jainkoa, nire itsasargia eta gidatu nazazu beti zure .zuzentasunaren eta ontasunaren ertzetara

Pentsamendua sugar baten antzekoa da, zeinaren indar kontzentratua lorpena eragozten duten oztopoak erretzeko .erabili behar den

Jainkoa maitasun jainkotiar etengabearen bidez aurki
daiteke. Jainkoa bere opariak baino gehiago maite
dugunean, guregana etorriko da. Borondate askea eta
aukeratzeko ahalmena eman dizkigu, munduko opari labur
eta hutsalen eta harenganako hurbiltasunaren eta bere
.presentzia bedeinkatuaren pozaren artean bereiz dezagun
Memoria eman ziguten gauza onak gogoratzen
praktikatzeko, azkenean ongi handiena gogoratu arte:
Jainkoa

Zure maitasunaren haizea niregandik igarotzen da,
Jauna! Eta nire bizitzako hostoak pozik dantzan ari dira Zure
etorrerarekin Haien xuxurlak airean zehar hedatzen dira,
nekatuak Nire bake espiritualaren itzalean atsedean hartzera
.gonbidatuz

Bizitzako zailtasunek ez dute kalterik egiteko asmorik;
aitzitik, arazoek eta gaixotasunek ikasgaiak eskaintzen
dizkigute. Gure esperientzia mingarriek ez dute suntsitzeko
asmorik, baizik eta gure iturri garbiarengana —
Jainkoarengana— itzulera bizkortzeko, zeinak modu
guztietan lan egiten baitu guri laguntzeko eta gure zeruko
.etxera itzultzeko

Infinitua da gure benetako etxea, eta lur honetara eta
gorputz fisiko hauetan egiten dugun bidaia bisa-bidaia labur
.bat bezalakoa da

Jauna, badakit laudorioek ez nautela goratzen, ezta
kritikak gutxiesten ere. Naiz naizen bezalakoa nire
kontzientziaren aurrean eta zure aurrean. Bide honetatik
jarraituko dut, ahal dudan guztia eginez guztiei zerbitzatzeko
eta zure faborea irabazteko ahaleginduz; horretan datza nire
.zoriona

Izaki paregabea zara eta zure esentzia zoragarria da,
beraz, ezagutu zure benetako nia
Zure etorrerarekin batera, nire irrika kimuak lore
usaintsu eta bizietan loratuko dira

Jauna, bizkortu egun horren etorrera, lore ihintzdun
horiez lepoko bat ehunduko dudanean eta zure atarian
.jarriko dudanean

Bere buruari bakarrik atsegin emateko etengabe
ahalegindu beharrean, besteak ere zoriontsu egiten saiatu
beharko luke. Besteei laguntza espirituala, intelektuala edo
materiala eskaintzen saiatzen denean, bere beharrak
asetuta daudela eta bere bizitzaren kopa pozez gainezka
.dagoela ikusiko du

Lurreko iluntasunaren aurkako garaipen bikaina lortzen
dutenek aintzaren argia izango dute beren zati gisa eta
.barne bakea eta zoriontasuna gozatuko dituzte
Jauna, etengabe barreiatu zure bedeinkapenen haziak
nire bihotzeko lurzoruan, erregu bidez goldatua, itzalpeko
zuhaitz bihurtu daitezten, eta haien adarrek autoezagutzaren
.fruitu gozoenak eta goxoenak eman ditzaten

Askotan mina jasaten dugu aldatzeko ahaleginik egin
gabe, eta horregatik ez dugu bake eta asebetetze
iraunkorrik aurkitzen. Iraun eta ahalegina egingo bagenu,
zailtasun guztiak gainditu ahal izango genituzke, zalantzarik
gabe. Miseriatik zoriontasunera eta etsipenetik ausardiara
.igarotzen ahalegindu behar dugu

Oi Jainkozko Maitasuna, batu nire maitasuna Zure
maitasunarekin, nahastu nire bizitza Zure pozarekin, nire
adimena Zure kontzientzia kosmikoarekin, eta ase ezazu nire
.egarria Zure betiko pozaren iturritik

Bilatzaile zintzoaren bihotzak beti xuxurlatzen du: "Ene

Jainkoa eta ene Maitea, ez dut mundu ilusiozko honen
nahasmenean murgildu nahi, eta nahi dudan guztia Zure
maitasuna esnatzea da jendearen bihotzetan. Nire bihotza,
nire arima, nire gorputza, nire adimena eta daukadan guztia
Zurea da, Jauna". Bilatzaile horrek Jainkoarengana iristen da
.eta hura ezagutzen du

Jauna, eman iezaguzu anaitasunaren ulermen berri eta
egiazkoa. Ut ditzagun gerrak eta senda ditzagun nazioen

zauriak maitasunaren balsamoarekin eta ulermen
.errukitsuaren erosotasun iraunkorrarekin
Bedeinka gaitzazu, gutiziatik, engainuaren
nagusitasunetik eta ilusioen kontroletik askatu gaitezen, eta
lagundu gaitzazu gaixotasuna, ezjakintasuna eta gosetea
iragan ilun eta latz baten ametsak baino ez diren mundu
.berri bat eraikitzen

Ez dezagun arazo guztiak oihaneko logikaz konpontzen,
baizik eta ulermenarekin, egiarekin eta Zuganako eta Zure
.jainkozko justiziarenganako fede sendoarekin
Bizitzak hemen elkartu gaitu denbora batez, eta
ondoren gure bideetatik joango gara. Baina Jainkoaren
maitasuna gure baitan bizi bada, ez du axola nora goazen,
zenbat urrundu arren, jainkozko maitasunaren zirkuluan
.geratuko baikara eta ez gara inoiz benetan bananduko
Jauna, egin nazazu aurrerapen espiritualaren arrano bat,
estutasun eta muturreko kalezuloen gainetik hegan egiten
.duena

Deitu nazazu gero eta horizonte altuagoetara, lur-
dardara bizien eta eguzki-argia blokeatzen duten hodeien
haratago

Utzi orekaren hegoak hartzen ondo bizitzeko, eta utzi
ekaitz eta urakan guztien gainetik dauden zeru garai
horietara hegan egiten, non horizonte zabalak eta pertzepzio
.sublimak dauden

Bakea dator maitasunari eta adeitasunari gure bihotzak
irekitzen dizkiogunean. Bihotz maitekorra dutenek eta lan
onetan aktibo daudenek bakea bizi dute, haien baitan bizi
delako. Bakea zeruko santutegia da eta bizitza zoriontsu
.baten oinarria

Beti pentsatu beharko genuke loreen atzean dagoen
jainkozko edertasunaz, eguzkiaren atzean dagoen argi
.kosmikoaz eta begi guztietan distiratzten den bizitza handiaz
Pertsona bat benetan jatorra denean eta besteekiko
errespetua erakusten duenean, eta laudorioak modu berean

itzultzen dituenean, beti tratatuko dute esker onez eta
.errespetuz

Nire maitasuna besteengana zabalduko dut, Jainkoaren
maitasuna niregana etorri eta nire bihotzean bizi dadin ate
.bat ireki ahal izateko

Jauna, utzi nazazu atsekabearen sakonean itota
daudenentzako itsasargi izaten. Lagundu iezadazu besteei
poza ekartzen, eman didazun poz espiritualagatik esker
.onez

Gorrotoa urtuko dut nire maitasunaren sutan, eta
besteak barkatuko ditut eta maitasuna emango diet bihotz
.egarri guztiei

Benetako maitasuna maitearen erosotasunaz gozatzen
duen maitasuna da

Zure argia distira dezagula, Jauna, eta zure maitasunak
gure bihotzak bete ditzala betiko

Ekimen-espirtua izateak esan nahi du inork lehenago
egin ez duen zerbait asmatzeko aukera ematen dion
irudimen sortzailearen ahalmena izatea. Pertsona oro
.jaiotzen da Jainkoak emandako dohain honekin

Maitasun handiena jainkozko maitasuna da, bizitza
hitzez haratago edertzen duena Jainkoa zurekin sentitzen
duzunean, zauden lekuan zaudela zuregana datorrela eta
.zure urratsak gidatzen dituela, jainkozko maitasuna hasi da

Egiaren indarra haizearen aurka doa
Jauna, zailtasun aldi baterakoei aurre egiten diedanean,

gogora nazazu iraganean nirekin izandako bedeinkapen
ugariak, jakinda zure laguntzak ez nauela inoiz alde egiten
eta zure zaintza beti dagoela nirekin. Zuri eskerrak ematen
dizkizut zure eskuzabaletik jasotzen dudan bedeinkapen
.orogatik

Maitasun tantak distiratzen dute arima onetan, eta
Jainkoa maitasunaren itsasoan bakarrik aurki daiteke
Ulermena da pertsona baten bidea argitzen duen eta
arrakasta ekartzen dion lanpara

Udaberrian, Jainkoak natura arrosa eta lore ederrenekin
.apaintzen du, jantzi dotoreekin eta kolore biziak
Bakea da Jainkoaren Presentziara hurbiltzen ari dela
iragartzen duen lehen heraldoa. Ondoren, bakea poza
.amaigabea baino argi distiratsuagoak bihurtzen da
Meditazioaren itsasoan sakontzen dudanean,
bedeinkatutako dardara bat sentitzen dut nire izatearen
barruan eta xuxurlatzen duen ahots bat entzuten dut: "Gertu
"nago
Barrura begiratu behar da, arimak bere burua
adierazten duen lekura. Arimaren sakonetik sortzen dira
.barne-bizitzako esperientzia guztiak
Arimak jainkozko kontzientziarekin bere burua
gauzatzen duenean, poz handia eta espazio mugagabea
.hedapena sentitzen ditu
Zure gaitasun naturalez gain, zure bidean jar daitezkeen
oztopo guztiak gainditzeko, eskura dituzun kanpoko
bitarteko eta baliabide guztiak erabiltzen badituzu, Jainkoak
eman dizkizun botereak garatuko dituzu: zure izatearen
.sakonenetik sortzen diren botere mugagabe horiek
Maitasunak Jainkoarengana eramaten duen urrezko
bidetik egiten du
Gaizki-ulertuen iluntasuna sartu den leku guztietan
.zabalduko dut nahi onen eta asmo onen eguzkia
Zailtasunek erasotzen zaituztenean, baina oztopo eta
eragozpen guztiak gorabehera, saiatzeari eta ahalegina
egiteari uko egiten diozunean, orduan Jainkoak erantzungo
.dizu eta zure ahaleginak arrakastaz koroatuko ditu
Jauna, irrika lorea kenduko dut nire bihotzeko lorategitik
.eta maitasun eskaintza gisa jarriko dut zure atarian
Gure pentsamenduak eta hitzak etorkizuneko uza
ekarriko diguten haziak direnez, gaur hasiko naiz nire
.kontzientzia pentsamendu on eta positiboekin betetzen
Nire kontzientziaren planoan hegan egiten dut eta
hegan egiten dut gora eta behera, iparraldera eta eskuinera,

barrura eta kanpora eta nonahi, espazioko txoko guztietan
Jainkoaren presentzian nengoela eta oraindik nagoela
.aurkitzeko

Bizi une bakoitza Absolutu infinituarekin duzun
harremanaren kontzientzia. Zure kontzientziarentzat ez
dago mugarik, eta gauza guztiak keinuka eta distiratzten
.dute zure izatearen zeruko izarrak bezala
Askapena, edo atxikimendu eza, bilatzaileak urratzen
duen bide jakintsua da, gauza hutsalen gainetik borondatez
igotzen dena gauza handiagoen mesedetan. Ez du bere
burua lotzen plazer sentsual laburretara barne-poza berritu
baten bila. Askapena ez da berez helburu bat, baina
arimaren bertuteak eta botere espiritualak agertzeko bidea
.zabaltzen du

Garaile espiritual bizitzaren bideetan ausart aurrera
doa

Pertsona batek bere egungo bizitzaz ahalik eta etekin
handiena atera behar du, bere bihotzeko leihoak ireki eta
.bere arimaren gaitasun lozorrotuak esnatu eta berpiztu
Aldaketaren eta eraldaketaren maskaren atzean
jainkozko presentzia dago. Eta bere gogoaren ispilua
geldiarazi eta dardarka ez egitea lortzen duenak, ispilu garbi
.horretan ikusiko du maite kosmikoaren aurpegia
Maitasuna heriotza eta denboraren hondamendiak baino
indartsuagoa da

Autoanalisia da arrakastaren gakoa, eta hausnarketa
ispilu bat da, zeinaren bidez gure bistatik ezkutatuta
geratuko liratekeen barne-txokoak ikusten ditugun. Gure
gabeziak diagnostikatu behar ditugu, joera positiboak eta
negatiboak bereizi, eta aurrerapenaren eta arrakastaren
.oztopoak identifikatu

Zein zoragarria zaren, adiskidetasuna! Zu, zintzotasun
eta adiskidetasun kezketatik edaten duzuna, eta zeinen
hostoak bihotz zintzo eta leialen sakonetik sortzen den barne
.eta kanpoko gozotasunaren ihintzak bustitzen dituen

Behin, harea pila bat igotzen saiatzen ari zen inurri txiki
bat ikusi nuen, eta neure buruari pentsatu nion: inurriak
Himalaia igotzen ari dela pentsatuko du! Harea pila erraldoia
iruditzen zitzaion inurriari, baina ez nire begietarako. Era
berean, gure milioika eguzki-urte minutu bat baino gutxiago
.izan daitezke Jainkoaren gogoan
Betikotasuna eta infinitua bezalako gauza handiei buruz
.pentsatzen trebatu behar dugu geure burua
Infinituaren munduan zehar ibili nintzen eta argiaren
lurraldeko laino distiratsua ikusi nuen, eta distira bizi
horretan denboraren orrialdeetan idatzitako sekretuen
.esanahiak irakurri nituen
Lo egiten duzunean, pentsamenduak eta sentimenduak
pasiboki isilarazten dituzu. Baina meditazioaren bidez
pentsamenduak eta sentimenduak kontzienteki isilarazten
dituzunean, lehenengo bizitzen duzuna bake egoera bat da,
eta zure aurpegiko muskuluek naturalki barne bakea islatzen
duen irribarre bat osatzen dute. Baina bake egoera honetatik
haratago begiratu behar duzu zure arimaren garbitasuna
hautemateko: estimulu sentsozialek edo zentzumenekin
lotutako pentsamenduekiko erreakzio automatikoek kutsatu
gabeko garbitasuna. Orduan bizitzen duzun egoera betiko
.zoriontasun berritzailea da
Ilargiaren argitan ur ontzi bat jartzen baduzu eta gero
nahasten baduzu, ilargiaren irudi desitxuratua sortuko duzu.
Ura ontzian gelditzen denean, isla garbi bihurtzen da.
Ontziko ura geldirik dagoen eta ilargiaren aurpegia argitasun
oso islatzen duen uneak bake kontenplatibo egoera batekin
eta lasaitasun sakoneko egoera batekin konpara daitezke.
Kontenplazioaren bakean, sentsazio eta pentsamendu uhin
guztiak gogotik isurtzeari uzten diote. Eta bake egoera
sakonago honetan, pertsona kontenplatiboak, lasaitasun
horretan, jainkozko presentziaren ilbetea ikusten du
.arimaren lakuan islatuta

Pertsona arruntak ezagutzen dituen lau egoera daude:
zoriona desio bat betetzean, zoritxarra ukatzean, asperdura
ez zorientsu ez deprimituta ez dagoenean, eta bakea emozio
horiek edo plazer, min eta asperdura egoera psikologikoak
.gainditzean

Bakea egoera oso desiragarria da, atsekabearen eta
plazerraren gabeziaren eta asperduraren gabeziaren
ondorioz sortzen dena. Egoera hauek etengabe aldatzen eta
uhintzen dira arimaren gainazalean. Minaren eta plazerraren
olatu nahasietan ibili ondoren, nekearen sakonean behin eta
berriz murgildu ondoren, bakearen itsaso barean flotatzean
poza dago. Baina bakea baino handiagoa da estasi
espirituala —arimaren zoriona—, zorientasun gorena. Betiko
poza da, inoiz desagertzen ez dena, baina arimarekin betiko
irauten duena. Poztasun goren hau jainkozko presentziaren
.kontzientziaren bidez bakarrik lor daiteke
Benetako irribarrea zorientasun espiritualaren irribarrea
da, Jainkoa kontenplatuz eta pentsatzetik eta haren
.presentzia sentituz lortua
Nire irribarrea barneko poz sakon batetik sortzen da —
denon eskura dagoen poz batetik— Loratzen ari den arrosa
baten bihotzetik ateratzen den usaina bezalakoa da.
Gozamen handi honek besteak gonbidatzen ditu
.zorientasunaren ur sakratuetan murgiltzera
Barkamen bedeinkatuaren argitan, urte askotan zehar
pilatutako gorrotoaren iluntasuna desagertzen da
Jainkoak azkar asetzen ditu bere gurtzaileen behar
guztiak, ahaleginak zapuzten eta itxaropenak zapuzten
.dituzten motibo berekoietatik askatu direlako
Jainkoak babesten duena, ezerk ezin du suntsitu
Ez gaude bakarrik mundu honetan, Jainkoa gurekin
baitago, eta iraunkorrak, intimoak eta adiskidetsuak diren
harremanak daude, eta horietatik laguntza eta poza jasotzen
.ditugu

Jakinduriaren zeruko gidaritza-izar distiratsua, zure
distira biziak zure bedeinkatutako horizonteak arakatzera
gonbidatzen nau, eta nire irrika-txoria abiadura handiz doa,
atmosfera trinko eta iluna zeharkatuz, zure irrika eta zure
.distira sakratuenean murgilduta

Norberaren nortasuna garatzen eta loratzen hasten da
norberak sentitzeko gai denean - barne sentsazio intuitibo
bidez - ez dela gorputz fisiko solidoa, baizik eta gorputzaren
.barruko korrante espiritual betierekoa

Dizipuluaren bihotza Jainkoarenganako maitasunez
gainezka egiten denean, bere aurpegia bake eta
jakinduriazko irribarre batekin distira egingo du, eta bere
arima inguratzen duten ezjakintasun geruzak erabat xehatu
.eta desagertuko dira

Lore edo zuhaitz bati begiratzen diozunean, badakizu
bizitza forma eder hauek ez direla bere kabuz sortu. Jainkoa
da moldatu eta usain eta edertasun paregabeaz hornitu
.dituena

Beti bete zure betebeharrak, txikiak zein handiak, arreta
handiz, gogoratuz Jainkoak zure urratsak gidatzen dituela
eta zure ahaleginak indartzen dituela zure asmo nobleak
.lortzeko

Pertsona batek bere esentzia espiritualarekin
konektatzen denean, ahaztutako aro iragankorrak eta
arimaren botere hilezkoak bere kontzientziara itzultzen
dira. Meditazioan, gogoratzen da arima hilezkorra dela, ez
.gorputz hilkorra

Nonahi aurkitzen ditugu pertsonak, onak zein txarrak,
beren erara zoriontasuna bilatzen. Inork ez du bere buruari
kalterik egin nahi. Beraz, zergatik jokutzen dute batzuek
mina eta atsekabea eragiten dieten moduan? Ekintza horiek
.ezjakintasunak eta engainuak bultzatuta daudelako
Jauna, eskatzen dizugu zure jakinduriaren argiarekin
distira egin diezaguzula eta ezjakintasunaren eta
.engainuaren iluntasuna kendu diezaguzula

Pertsona kontziente batek beldurtia baino zuhurra izan
behar du, eta ausardia eta arduragabekeriarik gabe landu
behar du bere baitan, beldurra eta antsietatea eragin
.dezaketen egoeretan ez jartzeko

Jakinduria ez dago kanpotik datorren informazioaren
injekzioaren menpe, barne-onarpenaren boterearen menpe
baizik, eta horrek zehazten du eskura daitekeen benetako
.ezagutza kopurua eta ezagutza hori lortzeko abiadura

Mundu hau Jainkozko Zuzendariaren gidaritzapean gure
eginkizunak betetzen ditugun eszenatoki bat besterik ez da.
Esleitzen zaizkigun eginkizunen izaera edozein dela ere, beti
.gogoratuz gure funtsezko izaera betiko zoriona dela
Jakintsuen artean jakintsuena Jainkoa ezagutzen
saiatzen dena da, eta arrakastatsuen artean arrakastatsuena
.Jainkoa aurkitu duena da

Jainkozko Maitea, izan bedi lehen lekua gure bizitzetan,
bete bedi zure maitasun sendagarriak gure bihotzak, eta
uxatu bedi zure argi bedeinkatuak kezkaren iluntasuna gure
.arimetatik

Askatasunak kontzientziaren arabera jokatzeari esan nahi
du, ez ohituraren eta desiraren aginduen arabera. Egoari eta
haren kapritxoei men egiteak mugak sortzen ditu, eta
jakinduriaren bultzadei kasu egiteak, berriz, muga horietatik
.askatzea dakar

Bake mentala aurki daiteke ezaugarri onak kontzienteki
eta nahita garatuz, eta, guztiz garatuta daudenean, ezin
zaizkio jabeari kendu, berak bere borondatez uko egitea
.erabakitzen ez badu behintzat

Jende gehienak zoriontasuna bilatzen du metodo
okerrak erabiliz. Batzuek uste dute zoriontasuna bikoiztu
dezaketela jokabide okerrak eta ekintza osasungaitzak
hartuz, zoriontasun izugarri eta iraunkorraren promesa
distiratsuak eskaintzen dituztenak diruditenak, eta promesa
faltsu horiek engainatzen dituzte, benetako zoriontasunaren

zaporea ezin baita dastatu ilusio faltsuen eta ekintza okerren
.infernuan

Minutu bakoitza betikotasuna da, betikotasuna minutu
horretan bizi daitekeelako. Egunak, minutuak eta orduak
betikotasuna ikusteko leihoak dira. Bizitza laburra da, baina
aldi berean amaigabea eta mugagabea. Arima hilezkorra da,
eta giza bizitzaren kapitulu labur honetan, eskuragarri dugun
.potentzial eta aukera oro aprobetxatu behar dugu
Hitz espiritualak haziak bezalakoak dira, lur emankorra
behar dutenak ernetzeko, hazteko, loratzen eta fruituak
.emateko

Hazkunde espiritualak auto-hausnarketa, bizitzako
lehentasunak berrantolatzea, ohitura kaltegarriak
identifikatzea eta ezabatzea, eta osasun-arauak eta legeak
betetzea eskatzen du, ulermen espiritualaren bilakaerarekin
.eta indar mentalaren hazkundearekin bat etorritik
Dizipuluak jainkozko poza dastatzen duenean, Jainkoa
beste edozer baino errealagoa bihurtu zaiola ikusiko du, eta
jainkozko presentzia ukitzea zentzumen-plazer batek ere
.ezin parekatu dezakeen zoriona dela konturatuko da
Jainkoak gizakiaren kontzientzia espirituala esnatzeko
eta bere borondatea norabide egokian gidatzeko lan egiten
du bertutearen edertasunaren, tolerantziaren
handitasunaren, jakinduriaren maiestatearen eta zoriontasun
.espiritualaren distiraren bidez
Ez ditut besteak ezezaguntzat hartuko, denak nire anaia
edo arreba direla sentitzen dudalako. Nire bizitza
arrakastatsua eta betegarria egingo dut, besteei arrakasta
eta helburuak lortzen laguntzeko. Besteekin enpatizatuko
dut eta errukia erakutsiko diet neure burua erakusten dudan
bezala. Jainkoa maitatuko dut profetek eta santuek maite
zuten bezala, eta berekoikeria botako dut besteekiko
.maitasunaren putzuan
Heriotzaren menpe dagoen bizitza lurtar iheskor honen
atzean, bizitza betiereko eta aldaezina dago. Gorputza

usteltzen eta hiltzen diren elementu kimikoz osatuta dago,
baina existentzia iragankor honen atzean, Jainkoaren
presentzian dagoen bizitza betiereko eta zeruko bat dago.
Beraz, ez genuke gure arreta guztia gorputz iragankor
honetara mugatu behar, eta hura nahi dutenek haren probak
.jasan eta haren nagusi bihurtu behar dituzte
Gaur beharrean daudenei laguntzen saiatuko naiz eta
.ahal dudana gose direnei ematen
Jainkoaren babespean seguru eta babestuta nago, eta
nire kontzientzia garbiaren hormen atzean ontasunaren
argiarekin bat naiz, nahasmen eta antsietate itsaso batean
atsekabearen olatuek astintzen dituzten arimen itsasontziak
.gidatzen dituen
Gaur Jainkoa sentitzen dut nire baitan dardarka dabilen
eta nire bihotzeko hariak astintzen dituen bakearen
dardartian
Ahal dudana guztia egingo dut besteak zoriontsu egiteko,
neure burua zoriontsu egiten saiatzen naizen bezala, eta nire
zoriontasun espiritualaren bidez jainkozko maitasunaren
etxeko guztiei zerbitzatuko diet eta ez dut ezeren beldur
.izango nire kontzientzia engainatzen saiatzen banaiz

.Arimaren lorategietatik

Nonbaitera joateko asmoa duzu, eta presaka ibiltzen
zara hara azkar iristeko. Iristen zarenean, ohartzen zara ez
duzula lekua gustuko sentitzen duzun irrika, antsietatea eta
agian baita nahasmena direla eta. Horren ordean, saiatu
lasaiago, lasaiago eta orekatuago egoten. Zure
pentsamenduak kezka eta asaldurara jotzen badute,
.indarrez erreprimitu itzazu lasaitasuna berreskuratu arte
Zirrarak nerbio-sistemaren orekan eragin negatiboa du,
gorputzeko atal batzuetara energia kantitate handia
bidaltzen baitu, beste batzuei beren zati naturala kentzen
dien bitartean. Energia- banaketaren desoreka hori da
urduritasunaren kausa. Gorputz lasai eta erlaxatuak

nerbioak baretzen ditu eta ongizate psikologikoa sustatzen
.du

Jainkoarekin harmonian, barne-ikuspegia pixkanaka
garatzen hasten da. Fede osoa izan behar da Jainkoak
bihotzeko otoitz guztiei erantzungo diela. Argitasuna bilatzen
dion edonork bere ikuspegia irekiko du eta bere adimena eta
.bihotza argituko ditu

Ikuspegia irekitzen denean, bihotzetik datorrela dirudien
sentimendu gisa agertzen da, argitasun eta zehaztasun
sakoneko sentimendu gisa. Sentimendu honen bidez,
bilatzaileak konbentzimendu sendoa eta bide zuzena
jarraitzeko gidaritza sendoa lortzen ditu, eta pixkanaka
.sentimendu hori ezagutzen eta fidatzen hasten da

Horrek ez du esan nahi pentsatzea erabat uztea;
pentsamendu lasai eta inpartzialak ere ulermenera
eramaten du. Pentsamendu emozionalak, harrokeriak eta
auto-garrantziak bultzatuta, gaizki-ulertuetara eta ondorio
.okerretara eramaten du

Baztertu zalantza suntsitzaileak eta sinesmen faltsuak
bihotz-bihotzez, eta bihurtu zure bihotza eta arima fedearen
eta Jainkoarenganako konfiantza osoaren eremura.
Kontenplazioaren baretasunean, zure kontzientziak egian eta
ulermen zuzenean zentratu ahal izango du. Esperientzia
honetan, fedea loratu eta garatzen da, eta ikuspegi
sakonaren bidez, begiak ikusi ez duena, belarriak entzun ez
.duena eta giza gogoak pentsatu ez duena biziko duzu
Nire irrika eta erregu bakoitzak ateak eta leihoak
irekitzen ditu nire ariman, eta horietatik Jainkoaren
.zoriontasunera igarotzen naiz

Eguzkiak errepide jendetsuenetan distiratzen duen
bezala, jainkozko maitasunaren izpiak ikusiko ditut nire
.eguneroko jardueren leku jendetsu guztietan
Bedeinka nazazu, Jauna, egunsentiarekin batera nire
.arima esnatu eta zure atari bedeinkatura eraman dezadan

Jauna, eman iezadazu espiritu eskuzabala daukadana
besteeekin partekatzeko, eta lagundu iezadazu nire gogoaren
laku lasaian nire arimaren ilargiaren isla ikusten, Zure
.presentziaren argiaz distiratzen

Gaur Jainkoarenganako hausnarketa eta hausnarketaren
itsasoan murgilduko naiz, jakinduria eta jainkozko pozaren
.perlak aurkitu arte

Jauna, beste edozer baino gehiago maitatuko zaitut, zu
.gabe ezin baitut inongo gizaki edo beste ezer maitatu

Mendien sakonean eta zeru bareetan, eta nire arimaren
sakonean eta isiltasunaren kobazuloan, Jainkoaren
presentzia sumatzen dut eta haren etengabeko poza
sentitzen dut, eta haren iturri garbietatik edaten dut, inoiz
.amaitzen ezta betikotasun osoan lehortzen ez direnetatik

Maite zaitut eta gurtzen zaitut, Jauna, zeinaren
maitasuna nagusi den bihotz on eta maitekor guztietan
Norbaitek Paramahansa irakasleari eskatu zion nortasun

magnetiko eta erakargarri bat garatzeko modu bat
erakusteko, eta hark esan zuen: Besteekin elkarreraginean
mentalki presente egon behar duzu, arreta faltak kalte
handiagoa egiten baitio norberaren izaerari beste edozerk
baino. Noski, ez naiz pertsona handien arreta faltaz ari,
zeinen pentsamenduak normalean gai sakonetan murgilduta
.baitaude

Beti egon erne eta jakitun, eta iman erakargarri
.bihurtuko zara

Inori ez zaio gustatzen alde batera utzia izatea. Guztiok
nahi dugu gure sentimenduak kontuan hartuak izan daitezen
eta kontuan hartzea, eta era berean, besteen sentimenduak
kontuan hartu eta errespetua erakutsi behar diegu harmonia
eta ulermena lortzeko. Horretarako, erne, pertzeptiboa eta
.inguruko guztiei arreta jarri behar diezu

Hildakoek ez dute besteak iraintzeko botererik, baina
haiei jaramonik egiten ez dienak bai

Besteekin zaudenean, arretaz, energiaz eta
interesarekin elkarreragin haiekin, baina saihestu zeure
.buruaz hitz egitea

Denek nahi dute beren buruaz hitz egin, baina ikuspegi
ahula da. Utzi besteei beren buruaz hitz egiten nahi badute;
entzun zer esan behar duten. Utzi beren arazoez, lorpenez
eta inpresioez hitz egiten, baina utzi zure magnetismoak
zure izenean hitz egiten. Lanpararen argiak berez argi hitz
egiten du; utzi zure bibrazio isilak zure izenean hitz egiten
.argitasun berdinarekin

Jainkoak ikuskari batean erakutsi zidan guduan hiltzen
direnek heriotzaren amets ikaragarria dutela, baina onak
gorputzetik altxatzen diren bezain laster amesgaizto
kezkagarri batetik bezala esnatzen direla eta pozik daudela
.hortik libre egoteaz

Gure bizitzako esperientzia guztiak amets kosmikoaren
parte dira. Gizateriak gerraren amesgaiztoa sortu zuen,
baina amesgaizto honen biktimek beren gorputzak uzten
dituztenean, konturatzen dira amets ikaragarri bat izan zela
eta bertatik esnatu direla, eta ulertzen dute ez daudela
.hilda. Hau egia metafisiko sakona da

Pertsona batek ametsetan ari dela jakingo balu, ez luke
amets-esperientzia kezkagarriarik jasango. Baina ametsaren
barruan autoerrealizazioa lortzen badu eta norbaitek kolpe
hilgarri bat ematen badio, amets-heriotza benetako eta
beldurgarria dirudi, esnatu eta ez zela erreala konturatzen
.den arte

Hau heriotzaren ondorengo egoerari ere aplikatzen zaio.

Gure gorputzak uzten ditugun bezain laster, konturatzen
gara gure kontzientzia ez dela hil, baizik eta gorputzetik eta
haren muga eta muga materialetatik askatu garela, eta
.askapen horretan askatasun handia dago

Ez genuke inoiz heriotza eskatu behar, baizik eta gure
kontzientzia prestatu behar dugu Jainkoarekin harmonian
egonez eta Harengan meditatuz, heriotza bere garaian

iristen denean amets bat baino gehiago bezala ikus
.dezagun

Bizitzaren eta heriotzaren amets-izaera ikus dezaket
nahi dudanean Beraz, ez diot garrantzi handirik ematen
gorputz honi

Nerbio-sistemaren azpian fisiologia espiritual bat dago,
gizakiei kontzientziaren garapenaren etapa gorenetara
.iristeko aukera ematen diena modu paregabe

Giza garuna, baleak eta elefanteak izan ezik animalia
gehienen garunak baino handiagoa dena, konplexuagoa da
eta pentsatzeko gaitasun handiagoa du. Horrek giza garuna
tresna egokia bihurtzen du gizakientzat, beste izakiek baino
kontzientzia aurrerratuagoa baitute. Garunaren konboluzio
korapilatsu eta konplexuek gizakiei sakonki eta sakonki
pentsatzeko aukera ematen diete. Beraz, gizateria bakarrik
da gai bereizketa-maila aurrerratuak lortzeko, eta, ondorioz,
bere Sortzailea ezagutzeko. Pertsona jakintsua da bere
gaitasun intelektualak gizateriaren zerbitzura eta onurarako
erabiltzen dituen, maila material, intelektual eta
.espiritualean

Negua bere lili-antzeko kapa hotz, zuri eta zuriarekin
iritsi zen

Udako pozetarako nire nahiak desagertu egin dira
Zure bihotz onaren berotasuna bilatzeko esan zidaten
Eta udaberria agertu zenean, dantzan, lore mota

guztiekin apainduta
Zelai eta muinoen usainarekin, maitatzeko esan zidaten,
ene Jainkoa

Eta uda iritsi zen, bere melodia berdeak hosto samurren
artean kantatuz, makalen zurrumurrua eta pinuen
zurrumurrua

Errezitatzeko eskatu zidan
Lur bigun eta samurrak ere laztandu zituen nire oin
presatuak

Eta zure santutegi guztiz existitzailera hurbiltzeko
eskatu zien

Usain leunak bere bidea jarraitzeko esan zidan
Zure tenplu santura, arrosa eta albahaka kulunkarien
bihotzean

Eta txoriek esan zidaten zuri abesteko haiek bezala
Eta haize uhintsua erreka eta erreken gaineratik
Zureganako maitasunaren burbuilak esnatu nituen, eta
zure bular handiaren gainean jolasean hasi ziren
Eta belarraren zuntz kurbatuekin, nola tolestu ikasi nuen
Zure aurrean makurtzen naiz, Jauna
Eta intsentsuak zure lurrinaren usain zoragarriaren berri
ere eman zidan

Eta nola mantendu behar dut nire bihotza zure usain
?sokratuz beteta zure tronu infinituaren aurrean
Eta harri txiki, isil eta pazientziatsuek esan zidaten, nire
zoriona lapurtzen saiatzen direnengan ere zu ikus nezakeen
Ahaztutako urteek eskatu zidaten nire kideei maitasun
eta maitasun mezu bat bidaltzeko, minutu eta segundo
.guztietan bilduta
Eta pentsamendu bakoitzak esaten zidan bere bihotzean
zu bilatzeko

Nire maitasunak zure bidez existitzen den guztia
maitatzera bultzatu nau
Eta nire maitasunak xuxurlatu zidan: "Maitatu nazazu
"daukadan indar guztiarekin, ene Jainkoa
Behin belar eta lore ohe batean etzanda nengoen eta
amets egin nuen existitzen zen guztia ederra eta alaia zela
Nire burua belar altu, berde eta lodien gainean zegoen,
usain gozoa zekarten haizearekin haizatzen nindutenak
Orduan, nire eskua eta nire gorputza ukitzera bultzatu
ninduen, eta bere Sortzailearen handitasunak harritu
ninduen. Bai, harritu nintzen nik, nire gorputzaren
errealitateaz ziur nagoen honek, egunen batean lurrean
atseden hartzen utziko nuelako, heriotzaren unean hotz,

zurbil eta geldirik bihurtuko den gorputz hau, orain bizitzaz
beteta dagoela dirudien bitartean eta ehunka sentsazio,
milioika pentsamendu eta milaka milioi fantasia eta
.pertzepzio gordetzen dituen bitartean

Gorputz hau bizitzaren kapituluak garatzen diren
eszenatokia da, irribarreen kimuak loratzen diren tokia, eta
ondoren heriotzaren etorrera saihestezina. Hemen, haragi,
hezur eta odol artean, eta larruazaleko maskara ederraren
atzean, gaixotasunaren otsoak eta desiraren piztiak
ezkutatzen dira. Eta hemen ere, haragiaren azpian, argiaren
erreinura doan pasabide sekretu bat dago. Gorputz hau
ihartu eta desagertu egingo da bere nagusiak —arimak—
behin betiko alde egiten duenean. Eta zergatik ez? Izan ere,
bizileku fisikoaren nagusi argitua materiaren lokatz eta
xehatuan bizitzeaz nekatzen denean, etengabeko zaintza
eskatzen duten nerbio-sokek lotuta, Jainkoaren lurraren
txoko bateko beste etxe batean aurkitzen du
kontsolamendua, existentzia osoaren beste eremu batean,
.non pozaren usaina nonahi eta etengabe hedatzen den
Arima hilezkorrak bizitzaren eta heriotzaren papera
jokatzen du irribarre iraunkor batekin, eta gero bere betiko
etxera joaten da

Zinema-ikusleak derrigortuta al daude zineman betiko
geratzera ikuskizuna amaitu ondoren? Noski ezetz. Jendeak
etxera itzuli behar du. Era berean, arimak hona etortzen dira
bizitzaren ikuskizun zinematografikoa gozatzerako, gero alde
egiten dute eta berriro itzultzen dira. Filmak eta antzezlanak
ikustea maite dute, eta amestu zituzten emanaldiez
nekatzen direnean, eta Jainkoak ikas diezazkien nahi dituen
lezioak menperatzen dituztenean, behin betiko itzultzen dira
.betiko zoriontasunera

Balioak justizian oinarritzen ez direnean, zuloak irekitzen
dira, eta horietatik miseria eta sufrimendua iragazten dira.
Balioak berekoikerian, gatazka hilgarrietan eta lehia
gogorrean oinarritzen badira, emaitzak zikinduak izango

dira, motiboak ez baitira garbiak, eta dirua ez da
.bedeinkatua izango kasu horretan
Pertsona batek bere kontzientzia berekoikeriatik garbitu
behar du eta ez saiatu besteen kontura aberasten. Benetako
asebetetzea espirituala da, ez materiala, eta bizitzako
benetako irabazia jakinduria, ezagutza eta Jainkoaren
.maitasunaren altxorak edukitzea da
Sipleki bizi behar dugu eta beti saiatu besteei
laguntzen eta haien egoera ahalik eta gehien hobetzen.
Baina helburu noble hau bateraezina da besteekiko
.errespeturik gabeko berekoikeriarekin eta gutiziarekin
Mundutarrak desorekatuak dira eta, beraz, ez dira
arrakastatsutzat hartzen Bizitza siple eta orekatua arte
zoragarria eta arrakastaren seinale da Dirua lortzea helburu
.bakarra dutenek ez dute Jainkoaren faborea aurkituko
Egia da Jainkoak gosearen sentimendua txertatu zigula
lan egin eta gure gorputzak hornitu ahal izateko, baina
gorputza hornitzea ez da bizitzaren helburu bakarra.
Helburua edozein kontsiderazio material edo tenporal baino
askoz handiagoa da, zenbaterainoko zoragarria, loriatsua eta
.liluragarria iruditzen arren

Dizipuluetako batek Paramahansa maisuari galdetu zion

nola bizi jainkozko presentzia. Maisuak erantzun zion:
"Gauero, loak hartu aurretik, meditatu zure kontzientziak
pentsamenduen mundua zeharkatu eta beste dimentsio
batean sartu dela sentitu arte. Hala ere, hori ez da dena.
Adimena barrurantz begiratu ondoren, irrika agertu behar
da, eta desirak uholde bat bezala oldartu behar dira
Jainkoarengana. Dizipuluak Jainkoari erabat amore ematen
dionean, bat-batean sentitzen du bere presentzia
bedeinkatua ukitu duela eta hura ezagutu duela. Distira
handiko argi handi bat ikusiko du, eta aingeruak eta arima
onberak ikus ditzake. Edo usain zerutiar liluragarri bat
usaindu dezake, eta orduan jakingo du Jainkoak erantzun
diola, eta bere ikuspegia irekiko zaio, eta Jainkoak bizitzaren

sekretuak agerian utziko dizkio. Edo bake handian bilduta egon daiteke meditazioan zehar. Meditatzeko jarraitzen badu eta Jainkoak bere maitasun handia ematen badiu, deskribaezina den jainkozko poza sentituko du. Bedeinkatua ."da esperientzia zoriontsu hau ematen zaiona

Jainkozko maitasunak zeruko atea irekitzen du, eta horren bidez bilatzailea Jainkoaren presentziara sartzen da Jainkoari, eskuzabal eta jakintsuari, betiko bizitzaren ogia eskatzen badiu pertsona batek, ez dio ezjakintasun materialaren harria emango. Gurtzaile batek jakinduriaren janaria bilatzen badu, Jainkoak ez dio engainuaren sugea eskainiko. Gurtzaile batek egarri guztia asetzen duen jainkozko zoriontasunaren esentzia eskatzen badiu Jainkoari, ez dio antsietatearen eta estres psikologikoaren eskorpioia emango. Gizaki engainatuek badakite opari onak nola eman seme-alabei, zenbat gehiago emango die Jaunak —ontasun eta poz guztien iturriak— ezagutza espirituala eta argitasuna !bera maite dutenei

Jainkoak jakinduria gorena eta ezagutza handiena ematen die bilatzen dituztenei, eta bere burua ematen dio ordezkorik onartzen ez duen bilatzaile sutsuari. Jainkoa bihotz eta arima osoz bilatzen duena da jakintsuen artean jakintsuena, eta Jainkoarentzat jenderik maiteena. Eta gurtzailearen irrika areagotzen denean, Jainkoarengandik erantzun arraro eta maitea jasotzen du eta Maitea maite .dutenek bizi duten maitasun estasi paregabea bizi du Kosmos amets honetan bere eginkizuna betetzen duen pertsona jakintsua, kontzientzia espiritualarekin eta gero eta jainkozko irrika handiagoarekin, Jainkoarengandik hurbil dago eta maite du. Maitasun hutsa du eta Jainkoa maite du inolako motibo berekoirik eta aurrebaldintzarik gabe, esate baterako, "Jauna, gurtuko zaitut osasuna, dirua eta bizitza ."erosoa ematen didazun baldintzapean Jakintsuen eta Jainkoaren artean maitasun sakon eta elkarrekikoa dago, mugagabea eta amaigabea. Norbaitek

Jainkoari zerbait zehatz eskatzen badio, Jainkoak badaki
pertsona hori haren dohainetan interesatuago dagoela
.beragan baino

Ez dago gaizki pertsona batek bere beharrak asetzeko
otoitz egitea, baina Jainkoa ezagutu eta bere aurpegi
loriatsuaren argia ikusteko erregutzen duenean, ez luke
hortik inolako irabazi pertsonalik nahi izan behar, ezta bere
pentsamenduak oparietara mugatu behar ere,
Emailearengana baizik. Bilatzaileak zintzotasunez hori
egiteko gai denean, automatikoki jasoko ditu beste opari
guztiak eskuzabaltasunaren iturburutik eta oparotasunaren
.ozeanotik

Dizipuluetako batek Paramahansa irakasleari aholku
eskatu zion egoera batzuetan nola jokatu eta besteekin nola
:moldatu, eta honek esan zion

Jarrai ezazu egia eta ez aldendu bertatik, eta saihestu
zuri edo besteei kalte egin diezaiekeen ezer esatea, egia
bada ere , egiaren espiritutik aldentzen ez zaren bitartean.

Aldi berean, ez zara kontrako muturrera joan eta gezurra
.esan behar egia mingarriak ez esateko

Izan zaitez zintzoa zure buruarekin eta besteekin,
beharrezkoak ez diren gauzetan gelditu gabe. Esan egia eta
saihestu inori min egiten dioten edo kalte egiten dioten
gauzak esatea. Ez agerian utzi zure sekretu guztiak
zintzotasunaren eta gardentasunaren izenean, zure
ahuleziak agerian uzten badituzu, mindu edo iseka egin nahi
izango dizutelako nahi dutenean. Zergatik eman iezaiezu
?zure aurka erabil dezaketen arma bat

Zure buruari eta besteei zoriontasuna eta bakea
ekartzen dien moduan hitz egin eta jokatu

Beharrezkoa da bereizketa espirituala garatzea, ongia
dakarren egiaren eta horietatik etor daitezkeen ondorioak
kontuan hartu gabe gertaerak kontatzearen arteko aldea
ezagutzeko, gauzak amaieraren arabera epaitzen baitira. Ez
da komeni dakizun guztia esatea, ezta besteek beren

onerako jakin beharko lituzketen gaiei buruz iheskorra eta
.sekretua izatea ere

Bereizmen osoa ez duzunean, hobe da hitz egitean
erreserbatuta egotea, egia zuzenean ulertu arte, emaitza
.justuak lortu arte guztiontzat

Jarraitu Jainkoarengan pentsatzen eta eskatu haren
laguntza eta gidaritza, eta zure ikuspegia zabalduko da
.gauzak argi ikusteko eta hobeto bereizteko gai izateko

Gorputzeko zelulak gaztetasun bizitasunez

kargatzea

Energia kosmikoa etengabe eta etenik gabe isurtzen da
gorputzean, baina jende gehienak ez da konturatzen
bizitasun ugari horretaz. Sentitzen dutenek energia-bolada
bat eta indar berritua ematen dien korronte freskagarri bat
.sentitzen dituzte beren zeluletan

Natura osoak Unibertsoaren Jaunari errespetuz
makurtzen zaio, eta haren boterea gizateriaren bidez
isurtzen da. Arazoa gizateriaren eta botere guztien iturriaren
arteko lotura sendo bat lantzeko porrotean datza. Jainkozko
boterearen bidez bizi gara zuzenean, eta beste botere
.guztiak alferrikakoak dira Jainkoaren sostengu-indarra gabe
Janaria, oxigenoa eta eguzki-argia —elementu hauek
osasun maila bat eman diezagukete, baina ulertu behar
dugu nola lortu osasun osoa Iturri Infinitutik. Iturri materialak
bateria txikiak bezalakoak dira, azkenean kargatzen direnak,
eta Iturri Infinitua, berriz, sorgailu indartsu bat da, zeinaren
indarra ez den inoiz gutxitzen, arimari etengabe bizitasuna,
zoriontasuna eta indarra ematen diona. Beraz, oso
.garrantzitsua da ahalik eta gehien Iturri Infinituan fidatzea
Nahi duen pertsonak iturritik zuzenean hornidura
horretatik etekina ateratzeko modu zuzena ikasi behar du,
eta pentsamendua errealitatea dela konturatu behar du,
fenomeno natural guztiak jainkozko pentsamenduaren
gorpuzte bat baitira, Jainkoak lur honi buruz pentsatu
.baitzuen sortu aurretik

Askok uste dute pentsamendua gorputzaren produktua dela, baina gorputzaren eraketa zehatz-mehatz zehatzak eta bere atalen eta organoen arteko koordinazio zoragarriak argi adierazten dute gorputza adimen kosmiko goren baten .sorkuntza dela

Adimena da gorputza kontrolatzen duen elementu nagusia, eta oso garrantzitsua da pertsona batek gaixotasuna, ahultasuna, zahartzea eta frustrazioa bezalako giza gabezien iradokizun mentalak saihestea, eta ziurtatzea jarduera agortezin bat igarotzen dela berarengan, eta jarduera hori adimenez hornituta dagoela eta gorputzeko zelulak ongizatez eta gaztetasunaren bizitasunaz kargatzeko .gai dela

Pentsamendua garuna da, zelula bizidun ororen emozioak eta sentsazioak; gorputza aktibo eta erne edo letargiko eta geldo mantentzeko ahalmena du.
Pentsamendua da nagusia, eta gorputzeko zelulak dira haren menpekoak, beren nagusi gorenaren aginduak eta debekuak .betez: pentsamendua

Egunero jaten dugun janariaren kalitateari arreta handia jartzen diogu, eta era berean, egunero gure gogoari ematen diogun janari intelektual eta psikologikoaren kalitateari .erreparatu beharko genioke

Zientzialari metafisikoak dio gorputza ez dela uhin elektromagnetiko bat, baizik eta kontzientziaren uhin bat .jainkozko kontzientziaren itsasoan flotatzen Egunero gure indar fisikoa indartu, gure indar mentala handitu eta gure benetako nia ezagutu behar dugu meditazioaren, pentsamendu sendoaren eta gorputzari, adimenari eta espirituari batera mesede egiten dion lan .positibo eta emankorraren bidez

Jainkoak zoriontasunez bedeinkatu nau nire bizitzako urte luze hauetan zehar. Jendeak nire aurpegian poztasun irribarrea ikusten duen ala ez, jainkozko poza beti dago nirekin eta ez nau inoiz uzten. Zoriontasun ibai handia

etengabe isurtzen da nire kontzientziaren hondarren azpian
eta iturburu bedeinkatu gisa lehertzen da, nire bizitzako
.lorategiak ureztatzen dituztenak

Ez bizitzaren bat-bateko gorabeherak ezin didate bakea
asaldatu, ezta heriotzaren mamuak ere sentitzen dudan
.zoriontasun espirituala kendu

Zaila izan zen egoera hori iraunkor eta aldaezina
bihurtzea, baina orain gozatzen ditudan eta besteekin
partekatzen ditudan espirituaren fruituek merezi izan zuten
.egindako ahalegin guztia

Jainkozko espirituak gidatuta pentsatzen eta jokatzeko
dut. Dirua ez da inoiz nire bizitzako helburua izan, baizik eta
gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzea. Horregatik,
Jainkoak ontasunaren ate asko ireki dizkit neure burua
mantentzeko eta nire misioa betetzeko. Eta laguntza behar
.dudanean, Jainkoak berehala ematen dit

Nire nahi bakarra zuri zerbitzatzea da, eta horregatik
nago hemen

Jainkoaren boterea zuen bizitzetan ere lanean ari da.

Egia hau zeuen kabuz biziko duzue zuen fedea sendotzen
denean eta benetako aberastasuna ez datorrela arrakasta
materialetik, baizik eta Ahalguztidunarengandik konturatzen
.zarenean

Bizitza aurreikusezina, kapritxosoa eta misteriotsu
samarra dirudien arren, zalantzaz eta arazo eta asaldura
mota guztiez betea, Jainkoaren etengabeko babespean
gaude. Ez dugu gauzak gehiegi handitu behar edo
lasaitasuna galdu gertaeren aurrean, izua gainditzeko uzten
badiogu, gaizkiari boterea ematen diogulako eta haren
sustraiak sakontzen ditugulako, beldurraren eta
.antsietatearen lurzoruan hazten eta loratzen direnak

Ez genuke espero behar bizitzako probetan zoriontasun
eta bake iraunkorra aurkitzea; aitzitik, geure baitan bilatu
eta aurkitu behar ditugu. Gero, edozein esperientzia bizi izan
arren, beste norbaiten esperientziak film batean ikusten

ditugun modu berean egingo diegu aurre, atseginak edo
.mingarriak izan

Pertsona batek bere esperientzia guztiak proba mingarri
eta zorigaiztoko bihur ditzake bere buruari hori egiten uzten
badio. Osasun onez gozatu dezakete, baina hala ere, haren
balioa estimatu gabe. Baina gaixotzen badira, apaldu eta
ongizatearen bedeinkapena estimatuko dute. Jainkoaren
faborea aitortu eta ematen dizkigun bedeinkapenengatik
eskerrak eman behar dizkiogu, egoera kaltegarrien zain
egon gabe, esker oneko sentimenduak izan eta haren grazia
.aitortu arte

Bizitzak hausnarketa eta ekintza nahasketa bat izan
beharko luke. Pertsona batek bere oreka psikologikoa
galtzen duenean, kezka, atsekabearen hodei eta minaren
atsekabeen aurrean zaurgarri bihurtzen da. Eta osasunaren,
oparotasunaren eta jakinduriaren legeak hausten saiatzen
bada, ezinbestean gaixotasuna, pobrezia eta ezjakintasuna
.jasango ditu

Gure asmoak garbi mantendu behar ditugu, gure
motiboak garbi, eta lasaitasuna ekartzen diguten moduan
jokatu, eta ez utzi bizitzako egoerek gure bakea asaldatzen
.eta gure zoriontasuna suntsitzen
indartu gure adimena eta baztertu urte eta belaunaldiz
belaunaldi heredatutako ahultasun intelektual eta moralaren
zama. Ezpurutasun hauek erre egin behar dira erabaki
berrituaren eta ekintza produktiboaren sutan. Ikuspegi
eraikitzaile honekin, benetan konprometitutako norbanakoak
.askapenaren eta askatasunaren horizonteetara irits daiteke

Zoriontasunaren betiko legeak

Indiako agintari zuzenetako baten urrezko aroan ez zela
gertatu bere erreinuko bakea eta harmonia osoa asaldatzen
zuen gertakaririk, heriotza goiztiarrik edo hondamendi
.naturalik esaten zen

Familiako kideak osotasun handiagoarekin bizi direnean,
etxe guztiek harmonia, osasun eta maitasun gehiago izango

dute. Baina familiako kideek elkar berekoikeria itsusiarekin tratatzen dutenean, etxea automatikoki desadostasunez eta gorrotoz beteko da. Hori nazioei ere aplikatzen zaie. Jendeak zintzotasunez eta osotasunarekin bizi denean, Jainkoaren .Erreinua ikusiko dute Lurrean

Denbora gutxi da Gaur hemen gaude, bihar alde egingo dugu Jainkoaren bilaketa gizateriaren pribilegio handiena da Jainkoak bizitza honetan eman digun askatasuna ahalik eta gehien aprobetxatu eta zentzuz erabili behar dugu, betiko .egia espiritualak pertsonalki bizi ahal izateko Bekatua pertsona bati mina eta sufrimendua eragiten dion guztia da. Bertutea da betiko zorientsu egiten duena. Pertsona batek bere pentsamenduetan harmonia espiritualik eta bere baitan bakerik ez badu, etxe berri batek, auto berri batek edo beste edozer gauza berrik ezingo dio zorientasuna eta lasaitasuna ekarri bere arimari; aitzitik, bere barne-tormentua mantenduko da gauza berri horiek eta gehiago .eskuratu arren

Benetako zorientasuna zirkunstantzien aurka egiteko eta kanpoko proba guztiei aurre egiteko gaitasunean datza. Besteen aurreiritziek eta kalte egiteko eta tranpa egiteko saiakera gaiztoek eragindako mina eta zailtasun gogorak jasan ditzakezunean aurkitzen da, eta haien transgresioei maitasunez eta barkamenez erantzuten diezunean. Kanpoko zirkunstantzien ziztada mingarriak izan arren, zure lasaitasuna mantentzeko gai zarenean, orduan dastatuko .duzu zorientasuna

Eskritura Santuek diote jainkozko aginduak alde batera uzten dituztenek eta beren desira eta kapritxo ergelak jarraitzen dituztenek ez dutela zorientasunik aurkituko ezta beren azken helburua lortuko ere. Egiaren bilatzaileari Eskritura Santuak bere gida-argi eta epaile bihurtzera animatzen diote zer egin behar den eta zer saihestu behar den erabakitzeko, eta gauzak bereiztera eta jakinduriaren .arabera jokatzera

Beren buruarengan konfiantza dutenak osotasunez
jokatzen dutenak dira Zoriontasuna pentsamendu
garbietatik eta ekintza zuzenetatik bakarrik dator Orain
zoriontsu bazara, etorkizunean zoriontsu izango zara, bai
.hemen bai hurrengo munduan

Zorte onaren uzta metatu behar dugu jakinduriaren
fruituak bilduz, eskuragarri dauden aukeren eguzkia
distiratzen duen bitartean. Beste era batera esanda, aukerak
.aprobetxatu behar ditugu beranduegi izan baino lehen
aukera aprobetxatzen ez Aprobetxatu aukera,)

(baduzu, damu iturri bihurtuko baita
Jainkoak agindu izeneko lege espiritualak eman dizkigu.

Baina agindu hauek egunero eta nonahi baztertu eta
hausten dira. Jendeak haien esanahi espiritualak ulertzen ez
badu, beti kexatuko da eta alde batera utziko ditu. Agindu
hauek erlijio abrahamiko guztiek onartutako jokabide-kode
iraunkorrak dira. Hala ere, testuek askotan ez dituzte
azaltzen agindu hauen alderdi psikologikoak eta haiek
jarraitzearekin lotutako onurak. Jendeak agindu hauek
onartzen ditu gurtza-lekuetan, baina ez ditu betetzen
horietatik kanpo, eta hori justifikatzen dute arau hauek ez-
praktikoak, logikoak ez direla eta garaiarekin bat ez
datozenak direla esanez. Hala ere, agindu hauen urratzea da
.munduko miseria guztien erroa

Baina zein da agindu horien onura eta non daude haien
?abantailak

Liburu santuek gizakiari Jainkoa kontenplatzeko, bere
gogoan Harengan murgiltzeko, dena Hari uzteko eta gurtza
zintzoarekin gurtzeko aholkatzen diote, hipokrisiarik eta
.itxurakeriarik gabe

Jainkoa jakitea bizitzaren azken helburua izan behar
dela Munduko betebeharrak ezin dira bete Jainkoak
gizateriari eman dion botererik gabe Ohiko betebeharrak
egitea Jainkoa ahazten dugun bitartean akatsa eta bekatua
.da

Bekatuak ezjakintasuna esan nahi du: gizakiaren ongi
gorenaren aurkako moduan jokatzeari
Zergatik sentitzen dute jendeak tristura eta damua? Ez
zutelako zuzen jokatu, Jainkoa ez zegoelako lehenik haien
.bihotzetan

Pertsona baten bizitzan ez da ezer Jainkoa baino
garrantzitsuagoa izan behar. Pertsona batek Jainkoa benetan
zaintzen badu eta Harekiko duen betebeharrak espirituala
betetzen badu, bere egoerak hobetuko dira modu guztietan,
eta seguru eta babestuta sentituko da inguruko egoera
.guztiak gorabehera

Pertsona batek Jainkoa ez den beste edozer gauza
gurtzen hasten den bezain laster, zorigaiztoa bihurtzen da
haren patua. Gauza hauetan arreta guztia jartzen dutenek,
egia esan, gurtzen dituzte, eta, beraz, ez dira
Jainkoarengana hurbiltzen, baizik eta Harengandik urruntzen
dira. Baina Jainkoa kontenplatzen dutenek, Harengana
hausnartzen dutenek eta Harekin bihotzean elkartzen
direnek Harengana hurbiltzen dira eta barne-poza bizi dute
.Harekin duten isiltasun-komunioan

Jainkoa bakarrik da gai gizakien ametsak eta
zoriontasun iraunkorrerako itxaropenak betetzeko. Beraz, ez
.da ezerk Jainkoaren lekua hartu behar bihotzean
Badira bilatzaileak Jainkoa gogoratzen eta Harengana
hurbiltzen lagun diezaioketen sinbolo sakratuak. Hala ere,
pertsona batek sinbolo hauek gurtzen hasten bada, kalteak
onura handiagoa izango du. Gurtza Jainkoari bakarrik
.zuzendu behar zaio, beste ezer ez baita gurtza merezi
Errituzko gurtzaren izaera edozein dela ere, Jainkoak
onargarria da, baldin eta gurtzaileak kontzientzia
espiritualarekin eta Harekiko irrikaz egiten badu. Hala ere,
jende askok ez du gurtzaren funtsa ulertzen, eta haien
pentsamenduak eta bihotzak Jainkoagandik erritualetara
desbideratzen dira, eta, beraz, ez dute etekin handirik
.ateratzen gurtzatik

Benetako gurtzaileek ez dute beren kontzientzia irudi
edo forma batera mugatzen uzten, baizik eta maitasun
sakonenarekin eta arreta osoz irudi eta forma guztien atzean
.dagoen jainkozko espirituan zentratzen dira
Jainkoa absolutua eta infinitua da, eta ez dago irudi edo
.estatuari hura edukitzeko gai denik

Esan daiteke Jainkoa zinez maite duen eta berarekin
harmonian dagoen ororengan agertzen dela, nonahi baitago
eta, beraz, guztiengan. Hala ere, ez du denek jainkozko
presentzia adierazteko gaitasuna. Eguzkiak berdin distira
egiten die ikatzari eta diamanteari, baina diamanteak
eguzki-argia jasotzen eta islatzen du, ikatzak, berriz, ezin du.
Era berean, pertsona guztiak murgilduta daude Jainkoaren
argitan, baina gutxi batzuk baino ez dira gai argi hori
jasotzeko eta beren pentsamenduetan eta ekintzetan
islatzeko. Horretarako, meditazioaren bidez eta jainkozko
irakaspenak eta aginduak jarraituz garbitu behar dute beren
.burua

Jainkoaren izena ahoskatzen dugunean, sakon eta
zintzoki kontziente izan behar dugu esaten ari garenaz.
Otoitzean jendearen pentsamenduak ikusi ahal izango
bazenitu, ikusiko zenuke gehienek Jainkoa ez den guztia
pentsatzen dutela, nahiz eta haren izena ahoskatu! Otoitz
.hori alferrikakoa eta baliogabea da
Otoitz egiten dugunean, gure gogo osoa Jainkoarengan
zentratzen saiatu behar dugu, haren izen bedekintua
errepikatu eta gure pentsamenduak noraezean dabilzan
bitartean. Nire izeba batek bere otoitzak aleetan errezitatzen
zituen, eta gutxitan izaten zituen eskuetatik kanpo. Baina
egun batean aitortu zidan berrogei urtez otoitz ohitura hori
praktikatu arren, Jainkoak ez zituela bere otoitzak erantzun.
Ez da harritzekoa! Bere "otoitzak" urduri jartzen ziren ohitura
.bat baino ez ziren

Otoitz egiten dugunean, Jainkoagan bakarrik pentsatu
behar dugu Gure gurtzan zintzoak eta gure erreguetan

debotoak izaten ahalegindu behar dugu Otoitz-aleak erabiltzea eta Jainkoaren izena etengabe deitzea guztiz onargarria da praktika bihotzetik datorrenean eta zintzotasunak eta gogo fokatuak babesten dutenean Hala ere, praktika hau automatiko bihur daiteke denborarekin Jainkoaren izena xuxurlatu behar dugu gure bihotzetan,

irrika eta jainkozko maitasunaren arrosarioan; hau da Jainkoaren bihotza ukitzen duen benetako gurtza. Jainkoaren izena hotz eta gogo galdu batekin ahoskatzea blasfemia eta errespetu falta da. Otoitz egiten dugunean, bihotza eta gogoia Jainkoaren maitasunez bete behar dira. Yoga ariketa altuagoen bidez arreta mentala praktikatzeak Jainkoarengana hurbiltzen laguntzen digu, aintza eta distira iturri gorena dena, eta baita Harekin hausnartzen eta .komunikatzen ere

Ezinbestekoa da astean egun bat erretiro espiritualari eskaintzea (ahal bada), Jainkoaren kontenplazioa egiteko eta lasaitasuna, bakea eta barne-bakea bizitzeko. Horrela igarotako denborak balsamo lasaigarria izango da aste osoan zehar izango dituzun arazo eta antsietateetarako Guztiok behar dugu astean egun bat bakardadean edo "erretiro espiritual" batean igarotzea, zauri eta min emozionalak sendatzeko. Egundori bake, poza eta asebetetze egun bihurtzen denean, irrikaz itxarongo duzu .astetik aстера

Bakardadea handitasunaren prezioa da. Harrituta geratuko zara erretiro espiritual honen eta zure espirituarekin eta Jainkoarekin loturaren bidez zure gogoarentzat, gorputzarentzat eta arimarentzat lortuko diren emaitza zoragarriekin. Benetako zoriontasuna bilatzen baduzu, jainkozko bakearen ozeanoan murgildu behar duzu goizean goiz esnatzean, eta baita gauetz lotara joan aurretik .ere

Indiako jakintsuek ez dute egun bakarti bat bakarrik gomendatzen, baizik eta egunero lau une zehatzetan

meditazio isila egiteko beharra azpimarratzen dute.
Egunsentian, jaiki eta inor ikusi aurretik, lasaitasunaz eta
bake sentsazioaz gozatu behar da. Eguerdian, bazkaldu
aurretik gogoia baretu behar da, eta berriro ere bake aldi
batez gozatu afaldu aurretik. Azkenik, gauean oheratu
.aurretik, berriro bake egoeran sartu behar da
Bakardadean eta eguneroko lau aldi hauetan zehar
isiltasuna arduraz betetzen dutenek Jainkoarekin harmonian
sentituko dira. Aldi horiek guztiak bete ezin dituztenek
gutxienez goizeko eta arratsaldeko orduak eskaini beharko
lituzkete. Horrela eginez, beren bizitzak hobera eraldatuko
dira eta zoriontasuna biziko dute; esperientzia da frogarik
.onena

Zure banku-kontua estaltzeko adina diru sartu gabe
txekek idazten eta sinatzen jarraitzen baduzu, dirurik gabe
geratuko zara. Gauza bera gertatzen da zure bizitzarekin.
Zure bizitzako kontuan bakearen gordailu erregularrik gabe,
zure energia agortu egingo da, zure lasaitasuna desagertuko
da eta zure zoriontasuna lurrundu egingo da. Laburbilduz,
azkenean porrot emozionala, mentala, fisikoa eta espirituala
jasango duzu. Baina Jainkoarengan eguneroko meditazio
.sakonak zure arimaren gabeziak konpentsatuko ditu
Bilatzaile debotoak egunero meditatzen du, Jainkoarekin
elkartuz bihotzeko maitasun eta irrika guztiarekin, bere
burua agertzeko erregutuz. Jainkoaren maitale bazara eta
haren presentzia bizi nahi baduzu, zure gogoia eta gorputza
haren bakean murgildu behar dituzu, eta bizitzak irribarre
egingo dizu, eta zure gauzak modu askotan hobetuko dira.
Pertsona lasaiak gutxitan egiten ditu akatsak eta arrakasta
.du milaka huts egiten duten lekuetan
Jainkoaz pentsatzen ez dutenak edo berataz arduratzen
ez direnak deprimitu eta zorigaitzoko bihurtzen dira.
.Suminkor bihurtzen dira eta ibiltzeko makina bihurtzen dira
Jakinduriaren eta bakearen eguzkia lasaitasunaren
zeruan aterako da eta zure izatea bere izpi sendagarriekin

inguratuko du, ahalegin espirituala egiten baduzu eta
.Jainkoari zure bihotzean lehen lekua ematen badiozu
Hausnarketa eguna atsedeen fisiko eta mentalaren eguna
eta barne bakea lantzeko eguna ere izan beharko litzateke.
Jakinduria eta bakea ematen duen edozein jardura
.bedeinkatua da egun horretan
Gurasoak ohoratzeari dagokionez, liburu santuek
gomendatu dute ondo tratatzea: "Ohoratu zure aita eta
."ama" eta "Izan zaitez jator gurasoekin
Giza aita-amak Jainkoaren ordezkari gisa ohoratu behar
dira, gizateria sortzeko dohaina eman baitzien. Ama
Jainkoaren maitasun hutsaren irudikapena da, ama maitekor
batek barkatzen baitu inork barkatzen ez duen lekuan. Aita
Jainkoaren jakinduriaren eta bere seme-alabentzako
.babesaren adierazpena da
Pertsona batek ez luke bere aita eta ama Jainkoagandik
aparte maitatu behar, maitasun horren adierazpen gisa
baizik. Babeslea eta jakintsua den jainkozko espiritu gorenari
aita eta ama bihurtzen da haurrari laguntzeko, beraz,
.gurasoengan ohoratu behar da
Eskriturek ere ez digute aholkatzen hiltzeagatik hiltzea,
orduan hiltzaile bihurtzen baita. Pertsona batek ez luke beste
baten bizitza kendu behar emozio biziko une batean. Hala
ere, maite dituzunak mehatxatuta badaude, Jainkoak haiei
eman dizkienak babesteko borrokatu behar da, norberaren
.familia eta herrialdea defendatzea betebeharrak sakratua baita
Adulterioaren debekuari dagokionez, sexu-batasunaren
helburu ideala Jainkoaren irudian sortutako seme-alabak
sortzea eta elkarrengan Jainkoa ikusten duten ezkontideek
sentitzen duten maitasun garbiaren adierazpena izan
beharko litzateke. Benetako maitasunari edo sexu-desira
sortu zen helburu gorenari inolako erreparatu gabe, maila
fisikoan soilik bizi direnek adulterioa egiten dute agindu
honen arabera. Kasu honetan, ez dira desberdinak beren

sexu-gogoak ase eta gero beren bidetik joaten diren
.animalietatik

Jainkoak bulkada sortzaile hau sortu zuen gizon-
emakumeengan, benetako elkarrekiko maitasuna ugaltzeko
eta ezkontza-bizitzan adierazteko, eta ez da bestela gaizki
erabili behar, baizik eta jarduera eta ezagutza sakratu
.bihurtu

Zure izatearen barruan sexu-indarra kontrolatu eta
banatzen baduzu, gaitasun mental handiak garatu ahal
izango dituzu idazteko, marrazteko edo beste hainbat
.modutan talentu ezkutua agerian uzteko

Eta azkenean jarduera sortzailea kontrolatu eta
espiritualki eraldatzeko gai zarenean, bake handia, maitasun
.handia eta gero eta poz espiritual handiagoa biziko dituzu
Beren sexu-jarduera espiritualki eraldatu duten santuak
eta lider espiritualak munduan eta egiaren bilaketa
esoterikoan balentria harrigarri eta harrigarriak egiteko gai
.diren erraldoiak dira

Beraz, sexu-bulkada goren bere boterea igotzea da,
hau da, bere energia helburu handiago baterantz bideratzea,
jakinduria, ideia bikainak eta ideal espiritualak agertzeko. Ez
litzateke sexu-pentsamenduetatik plazerrik atera behar edo
debekatuta dagoena desiratu. Autokontrol mota hau lortzen
denean, ikuspegi sendoa izango da sexu-harremanei eta
.haren helburu handiagoei buruz

Sexu-gaien esklabo izateak osasuna, autokontrola eta
bake intelektuala galtzea esan nahi du, eta, laburbilduz,
.pertsona batek behar dituen zoriontasun-elementu guztiak
Liburu santuek ere ez lapurtzera animatzen gaituzte.

Mila pertsonako talde batek elkarri lapurtuko balio, bakoitzak
999 etsai izango lituzke. Beraz, ezin dira besteen eskubideak
urratu, ezta haien lurrak, bakea, maitasuna, duintasuna edo
haien ondasun material edo espiritualak bahitu ere. Zurea ez
dena hartzeko gogorik ez baduzu, behar edo nahi duzuna
etorriko zaizu. Lapurreta lehenik buruan sortzen da, pertsona

batek besteen inbidia izaten hasten denean. Desira gaiztoen haziak burutik errotik atera behar dira. Altruismo espiritualak da bidea. Orduan, pertsona batek naturalki erakarriko du ugaritasuna, eta bedeinkazioak etorriko zaizkio ezagutzen dituen iturrietatik eta ezagutzen ez dituen iturrietatik. Jainkozko lege hutsezina da. Lapurrei eta pertsona berekoiei dagokienez, bizitza ondasun materialen atzetik igarotzen dute, begiak beti besteengan jarrita, nahiz eta beren kutxak .urrez gainezka egon

Egoismo materiala alde batera uzten ez bada, munduak ezin du zoriontasuna ezagutu

Zoriontasuna lankidetzaren espiritualetan bidez bakarrik dator. Pertsona batek besteen beharrak bereak balira bezala sentitzen dituenetan eta besteentzat lan egiten duenean bere .buruarentzat lan egiten duen bezala

Beste agindu garrantzitsu bat da lekukotasun falturik ez ematea. Egia desitxuratuz inori kalte egitea gizarte-harmonia ahultzeko beste modu bat da. Norberak ondo tratatua izan nahi badu, besteak ere horren arabera tratatu .behar ditu

Egia beti esan behar da, baina bereizketa egin behar da egia esatearen eta gertaerak soilik esatearen artean. Norbait herren edo itsu gisa aipatzea mingarria eta lagungarria ez dena da; kontuan hartu behar dira besteen sentimenduak eta lotsarazi saihestu. Era berean, norbait helburu noblerik gabe traiziona dezakeen egia bat agerian uztea ere okerra da. Bestalde, ez da gezurrik esan behar egia esatea saihesteko; aitzitik, isildu egin daiteke egoera batzuetan, .besteak lotsarazi edo kaltetu ez daitezen

Kontuz ibili behar da inbidiaz, arimaren bakea jaten duen gaixotasun suntsitzaile batez. Zenbat eta gehiago irrikatu besteena dena, orduan eta handiagoa bihurtzen da norberaren atsekabea eta miseria. Inbidia duen pertsonak bizitza nahasia du, lasaitasunaren zaporea ezagutu gabe.

Askoz hobe da bere burua errespetatzea, bere buruarengan
.fidatzea eta barne aberastasun espirituala bilatzea

Pertsona baten duintasuna eta berezko balioa askoz
handiagoak dira nahi edo eduki nahi luketen edozer baino.
Jainkoa gizaki guztietan agertzen da, beste inongo gizakitan
agertzen ez den moduan. Haien aurpegia ez da beste
inorena bezalakoa, eta haien arima ez da beste inorena
bezalakoa, haien baitan baitago sorkuntza osoko altxorrik
.handiena, eta altxorrik handiena Jainkoa da

Ez gaude iraganak lotzen

Pertsona batek fedea zuzena duenean eta horren
arabera jokatzeko duenean, zoriontsuagoa da federik ez
dutenak eta bizitzako borrokan beren betebeharrak betetzen
.ez dituztenak baino

Fede sendoa eta ekintza zuzena (motibo nobleek eta
asmo onek babestuta) beti daude zoriontasuna dagoen leku
guztietan, eta galtzen dira zoriontasuna ez dagoen lekuetan.

Hortik ondoriozta dezakegu zoriontasunerako bi baldintza
ezinbestekoak direla, eta ezin direla lortu horiek gabe.
Zoriontasuna nahi dutenek bi elementu funtsezko hauek
besterik ez dituzte eduki behar, eta hauek dira haren
.oinarriak eta zutabeak

Gizakiek ezin dituzte unibertsoaren osagai infinituak
kontrolatu —nahi zutenean—, ezta aldatu edo ezabatu ere.
Osagai hauek giza bizitzaren ehunarekin lotuta daude, eta
gizakiek ezin dute haietatik isolatuta funtzionatu. Hala ere,
beren adimena kontrola dezakete osagai horietara
.egokitzeke

.Ez egin kalterik

Gure arbasoak gu baino zoriontsuagoak ziren, ez guk
baino gauza eta plazer gehiago zituztelako edo bizitzako
arazoekiko esposizio gutxiago zutelako, baizik eta
erosotasuna, bakea, poztasuna eta, laburbilduz,
.zoriontasuna ematen zien oreka psikologikoa zutelako

Ez ziren kanpoko egoeren menpe beren zoriontasuna lortzeko, ezta hura lapurtuko zieten kanpoko baldintzen menpe ere. Erosotasun, bake, zoriontasun eta asebetetze sentimenduak naturalak, normalak, osasungarriak eta iraunkorrak ziren. Guk ere sentimendu horiek landu beharko genituzke zoriontasuna izan nahi badugu. Eta nork ez du ?gure artean

Patua iraganean borondate askearen edo aukeratzeko askatasunaren ariketaren emaitza da. Borondate askearen iraganeko praktiken bidez, patua eta patua ekarri ditugu eta ekartzen jarraitzen dugu geure gainera. Hala ere, ez gaude iraganak lotuta, ezta gure ekintzen ondorioek betiko mugatuta ereindakoa desegin eta idatzitakoa ezabatu dezakegu, hala nahi badugu eta gure bidea zuzentzen eta gure uztaren kalitatea hobetzen saiatzen bagara. Ondorio mingarriak dituzten ekintzen haziak ezabatzen baditugu eta haien ordeaz arimaren izaerarako egokiagoak diren haziak landatzen baditugu, ziur aski zoriontasunaren fruituak jasoko ditugu arimaren lurzoruan ereindako hazi on horietatik. Borondate askea orain erabili behar dugu, orain eta ez bihar, zoriontasun handiagoa lortu edo sufrimendua eta mina .gutxitu nahi badugu

Beraz, zoriontasunerako baldintzak gizakiaren baitan daude, eta egin behar duen guztia akatsik gabeko ekuazio horri seriotasunez aurre egitea da, eta emaitzak bere alde izango dira ebaluazio onena egiten badu eta horri aurre egiten badio. Baina borondate sendoa duen pertsona Jainkoarekin harmonian dago

Energia mental kontzentratua

Eguzki-argia puntu txiki batean lupa bat fokatuz, beroa sortzen du, eta bero horrek egurra sutan jar ditzake. Oihalak, papera eta abar. Era berean, zure gogoaz arretaz fokatzen duzunean, bere energia kontzentratua zalantzaren gaitzak

eta sustraiak, porrot guztien kausa, erretzeko eta .jakinduriaren argia distira eta irradiazioz distiratzen uzteko

Pentsamendua Jainkoarekin harmonian dagoenean

(ontasun guztien iturria eta botere bedeinkatu guztien jatorria), jainkozko presentziaz jabetzen da eta arrakastaren elementu guztiak ditu. Elementu hauek Jainkoaren botere izugarriarekin lotuta daude, edozein arlotan arrakastarako .arrazoi berriak sortzeko gai direnak Jainkoak ahalegin onak eta ahalegin onak arrakastaz

koroa ditzala

Arazoak eta zailtasunak pertsona batek bere iraganeko

ekintzen kontzientzia eza sortzen dira, une eta leku jakin batean egindakoak. Beren egungo sufrimendua esandako pentsamendu eta ekintzetatik dator, zeinak bere kontzientziaren lurzoruan sustrai hartu baitzituen, landare bihurtu eta pentsamendu eta ekintza horien ezaugarriak .islatzen dituzten fruituak emanaz

Milioi bat kilometrora espazioan dagoen eguzkiari

begiratzen diozunean, izar erraldoi hori gure Lurra baino askoz txikiagoa dirudi. Hala ere, Lurraren diametroa gutxi gorabehera 7.900 miliakoa da, eta eguzkiaren diametroa, berriz, ehun aldiz handiagoa. Gure planeta Lurra eguzkiaren aurrean jarri ahal izango bagenu, puntu txiki bat bezala agertuko litzateke harekin alderatuta. Imaginatu eguzkiaren hedadura zabala hedatzen ari dela, bere masa izugarriak zeru urdin osoa irentsi arte. Ikusten dugun zerua unibertsoa zeharkatzen duen espazio infinituaren zati txiki bat besterik ez da, puntu huts bat. Eguzkiak infinituraino hedatzen jarraituko balu ere, ezingo luke infinitua hartu.

Txikitasunaren eta finitudearen ilusio kosmiko honek mugatzen du adimenaren gaitasuna unibertsoaren .zabaltasuna, bere jatorria eta mugak ulertzeko

Dimentsio eta neurrien menpe ez dagoena, mugarik eta

jatorririk ez duena, Jainkoa da, nonahi dagoena eta espazioaren mutur urrunenetan existitzen dena. Urruneko

izar urrunetan dago, zure baitan eta nire baitan dagoen bezala, eta okupatzen duen espazio ororen jakitun da, txikia edo handia izan arren. "Gizakiaren azken helburua" liburutik .hartua

Erreguak

Ai, Jauna

Hartu nire eskua iluntasunetik argira

Oi isiltasun kosmikoa

Zure ahotsa entzuten dut errekatxoan zurrumurruan eta

urretxindorren txistuan

Haizearen negar-hotsean, olatuen orroan eta bibrazioen

trumoian

Oi Jaun maitea

Ez zaitut hitzez gurtzen, baizik eta zure irrikaz erretzen

.den bihotz baten irrikaz

Utzi ieza dazu zure zabalera zabala ikusten

Zure etengabeko presentzia guztiaren atzean

Agian konturatuko naiz zure izate aldaezinaren parte

naizela betikotasun osorako

Oi, gainezka egiten duen ozeanoa

Nire desioen ibai bihurgunetsuak oztopo eta eragozpen

basamortuetatik igaroko balira bezala

Azkenean, zure nahasmendu handiena nahastu da

Lagundu ieza dazu zure ahotsa entzuten, Jauna

Unibertsoaren bibrazioa sortu zen soinu kosmikoa

Utzi zure presentzia hautematen soinu bedekatuaren

bidez (Om - Amen)

melodia Santua ahots bedekatu guztientzat

Zabaldu nire kontzientzia existentziaren sinfonia

entzuten duan bitartean

Utzi nazazu ozeano kosmikoaren antzera sentitzen

Eta gorputzaren mugimendu uhintsuak bere bularrean

dantzan

Utzi ahots sakratuenak nire baitan oihartzuna egiten

Nire kontzientzia gorputzetik unibertsoa zabaltzea

Betiko eta guztiz inguratutako zoriontasuna senti
dezadala

Argi gainezka egiten duen itsaso batetik lehertzen

Oi botere infinitua

Oi betiko jakinduria

Kargatu nire arima zure bibrazio espiritualarekin

Oi, hitz kosmiko bedeinkatuaren ahotsa

Zuzendu nire akatsak

Behar dut

Hartu nire eskua iluntasunetik argira

Zutaz pentsatzen dudan bakoitzean, Jauna, irrika sutsuz

betetako uholde bat jaiotzen da nire baitan, nire
sentimenduak astintzen eta bihotzetik gorputzeko zelula

.guztietara isurtzen, jainkozko maitasunez betez

Nire desiorik handiena zure izatearen muinera iristea

.eta zure presentziaz gozatzea da

Eta bat-batean arimaren atea irekitzen da, eta zure argi

!distiratsua ikustean pozak gainezka egiten dit

Iragana ezezaguna da gizateriaren gehiengoarentzat,

pertsona argitu gutxi batzuk izan ezik. Hala ere, iraganari

buruzko gure ezjakintasuna ere gure alde da. Izan ere,

bizitza honetan eta aurreko bizitzetan egin dugun guztia

jakingo bagenu, gure ekintzen bolumen izugarriak gainezka

egingo gintuzke eta guztiz nahasita geratuko ginateke. Izan

ere, gure borondatea ere paralizatu egin liteke kolpearen

ondorioz, gure helburuekin jarraitzeko gai ez bihurtuz eta

etsipenaren biktima utziz. Lurreko bizitza honetan ere,

ahantzura Jainkoaren bedeinkapena da, iraganeko

oroitzapenek, batez ere mingots eta mingarriek, gure

pentsamenduak eta sentimenduak gainezka ez ditzaten

.eragozten baitu

Baina, zorionez, gure barneko txinparta jainkotiarrek

beti distiratzen du itxaropenarekin eta bizitzaren bidaia

amaigabea jarraitzeko gogoarekin. Jainkoari eskerrak eman

behar dizkiogu bi bedeinkapen hauengatik: iragana ahaztea
.eta etorkizuna itxarotea

Ez genuke ondorioztatu behar patuak oztopoak jartzen
dizkionik borondate askearen bidean. Hala ere, ahal dugun
guztia egin behar dugu jende gehienak patuari eta patuari
egozten dizkion eragin negatiboari aurre egiteko, eta gure
aukera askatasuna gure barne-sinesmenen arabera erabili,
baldin eta uste horiek fede sendoan oinarrituta badaude eta
jainkozko legeetan oinarrituta badaude, eta horiek gabe
.pertsona batek ezin du benetako zoriontasuna dastatu
Zeregin bati ekiten diogunean, ez gaituzte egoera
kaltegarriek beldurtu behar, baizik eta baikor izan behar
dugu neurri gorenean, gure borondatea erabiltzearen eta
gure aukeratzeko askatasuna praktikatzearen bidean ezerk
.ez duela oztopo izango fede osoz

Gure helburua lortzen ez badugu, onargarria da
inplizituki onartzea guk sortutako oztopoak egon direla hori
lortzea eragotzi digutenak. Iraun egin eta ahaleginak
bikoiztu behar ditugu gure helburua lortzeko. Geure buruari
ere baieztatu behar diogu, oztopoak eta erronkak
zenbaterainokoak eta ikaragarriak izan arren, oraindik ere
badugula nahikoa indar horiek kentzeko eta gainditzeko.
Gure saiakera guztiak izan arren huts egiten badugu ere, ez
dago etsipen eta frustraziorik, baldin eta ulertzen badugu
gizakiaren borondatea gure sortutako patua baino
indartsuagoa dela. Beraz, ez diogu saiatzeari utzi behar,
zenbat aldiz huts egiten dugun kontuan hartu gabe, beti
baitaude ateak irekita. Ahalegindu eta saiakera errepikatu
besterik ez dugu egin behar arrakasta lortu arte. Jainkoak
lagunduko digu, berarengan konfiantza dugun eta ahalegina
egiten dugun bitartean. Bidea egiten duenak bere
helmugara iritsiko da, eta Jainkoarengan konfiantza duenak
.ez du etsita geratuko

Pertsona batek zerbait desiratzen duenean, eta desio
hori sendoa eta premiazkoa denean, desio horrek ez du inoiz

bere kontzientzia uzten, noranahi joan eta noranahi biratzen
den, eta bere kezka eta kezka edozein direla ere. Bere
jarduera etengabe eta iraunkorraren bidez, desio horrek
determinazio eta energia izugarria du. Xuxurla intelektual
hau erregu mekanikoa baino indartsuagoa eta
eraginkorragoa da, ezpainak mugitzea baino haratago
doana. Hori egiten dute Jainkoaren maitaleek; Jainkoarekiko
maitasuna xuxurlatzen dute etengabe, eta haien xuxurlak
bihotzekoak eta entzunezinak dira, eguneroko jarduera
guztietan zehar. Xuxurla bihotzekoak ez ditu distraitzen, ezta
haien beste betebeharrekin gatazkan jartzen ere.
Jainkoarenganako duten desioa hazten den heinean,
Harekiko duten maitasuna indartu eta sakondu egiten da,
harik eta Haren presentzia ukitu eta Haren argia arimaren
begiarekin ikusi arte, poz izugarria dastatuz eta
.deskribaezina den bakea sentituz
Jainkoak bizitzan behar ditugun ikasgaiak bidaltzen
dizkigu, horietatik etekina atera eta ulermena eta
esperientzia lor ditzagun. Ikasgai horiek saihesten dituen
edonork ikastera behartuta egongo da, zenbat denbora
.behar izan arren
Proba oro lagun bat da bertatik ikasten badugu, eta
despota tirano bat aukera alferrik galtzen badugu eta gaizki
erabiltzen badugu kexatzen, haserretzen eta epaiketa
.txarraren bidez
Bizitzarekiko ulermen sendoa eta jarrera egokia
dugunean, eder bihurtzen da Eta konplikaziorik gabe

kasu psikologikoak

Pertsona bat ezin da betiko poz olatu batean eramanda
egon, edo atsekabearen ur nahasien azpian murgilduta, edo
asperduraren sakonean itota. Dualtasun gatazkatsuek
ezaugarritutako mundu honetan, pertsona arrunta
gorabehera askoren menpe dago. Poztasun olatu batean
igotzen da eta axolagabekeriaren sakonean murgiltzen da,
eta tristura olatu amorratuek astintzen dute. Eta gutxitan

ezagutzen du beste kontzientzia egoerarik. Zirkunstantziek
pentsamendua modu honetan astintzea uztea . Norberaren
borondatea patu kapritxoso eta lurrunkor bati uztea esan
.nahi du

Pertsona batek bizitza arrakastatsu eta betegarria
bizitzeko behar duena oreka mentala da
Hau adimena fokatuz bakarrik lor daiteke, gaitasun
.psikologikoak kontrolatuz

Atsekabe sakonenak ere denborarekin sendatzen dira,
beraz, ez du zentzurik atsekabeen hausnartzeak gure
bizitzako egun guztietan. Maite dugun norbaiten dolu luzeak
ez digu laguntzen ez berari ez guri, eta ez du ezer aldatzen
errealitatean. Gutxiagotasun konplexua edo autozigorra
garatzea Iraganeko akats edo porrotetan pentsatzea
alferrikakoa da Bizitza tamalgarriagoa egiten du eta gaitasun
.mentalak itotzen ditu

Ez dugu errutina aspergarriaren zuloan erortzen utzi
behar, egoera psikologiko hori ez baita batere eroso, burua
kezkutzen baitu eta gaitasun ezkutuak erretzen baititu
.apatiaren labeen

Porrota sustraiaetik desagerrarazi behar da, eta
bizitzako soroak arduraz eta erabakitasunez goldatu eta
ontasunaren haziak erein behar dira, Jainkoaren
.laguntzarekin uzta oparoa jasotzeko

Burdina Zilarrezko Jubileuan

Behin, bikote zorientzuenetako bat zirudien bikote baten
zilarrezko jubileuaren ospakizun batera gonbidatu ninduten,
baina haien etxera sartu bezain laster, zerbait gaizki zegoela
sentitu nuen. Nire bi ikasleri arratsaldean elkar nola
tratatzen zuten behatzeko eskatu nien, eta geroago esan
zidaten: Senar-emazteak elkarri irribarre egiten diote
besteen aurrean eta elkarri hitz gozoenak esaten dizkiote,
hala nola "Bai, maitea" eta "Noski, maitea", eta antzeko
esaldi atseginak. Baina bakarrik daudela uste bezain laster,

liskarrak sortzen zaizkio eta hitz mingarriak zuzentzen
.dizkiote elkarri

Hitz egin nien eta esan nien: Zuen festara gonbidatu
nauzue, baina giroa tentsio handikoa da eta desadostasun
handia dagoela iruditzen zait etxe honetan, eta iruditzen zait
.zilarrezko jubileu honetan burdina asko dagoela
Hasieran, iraindu egin ziren, baina geroago onartu zuten
arrazoi nuela eta barkamena eskatu zidaten. Jarraitu zuen,
esanez: Zer irabazten duzue etengabe eztabaidatuz eta
?liskarretan aritzetik

Badirudi bikote perfektu gisa duzuen ospea
mantentzeko elkarrekin bizi zaretela, baina horrela izan
behar duzue elkarrekin eta bakean eta harmonian bizi behar
.duzue zuen zorientasunerako eta lasaitasunerako
Janari magnetikoa

Jendeak janariaz edo nutrizioaz hitz egiten duenean,
normalean gorputza mantentzeko kontsumitzen den janari
fisikoaz ari dira. Hala ere, badira janari fisikoa baino
garrantzi gutxiago duten beste elikadura mota batzuk, eta
askotan are garrantzitsuagoak direnak, hala nola elikadura
intelektuala edo espirituala. Buruko jarduera edo gogoaren
.kontzentrazioa, jakinduria eta bereizketa espirituala
Janari fisikoak gorputzeko zelulak eusten ditu, janari
intelektualak, berriz, adimena ideia osasuntsuz betetzen du,
eta jakinduriaren janariak arima biziberritzen eta bere
.gaitasunak garatzen ditu

Elikadura intelektuala normalean pertsona batek
pentsatzen dituen ideiek eta besteengandik haiekin
kontaktuan eta elkarreraginean jasotzen dituen ideiek
.osatzen dute

Temperamentu lasaia eta jarrera noblea duten pertsonak
gure pentsamenduak magnetikoak eta osasuntsuak
.bihurtzen laguntzen dute

Ez da zaila zehaztea pertsona batek bere elikadura
intelektuala ingurune baketsu edo nahasgarri batetik

hartzen duen. Antsietatea, larritasuna eta nahasmena
pertsonek okerrak erabiltzeagatik sortzen dira, lagunak edo
senideak izan. Horrek antsietate pentsamenduak eta umore
txarra eragiten ditu

Gorputzak energia eta bizitasuna elikagai fisikoetatik
lortzen ditu, eta elikagai magnetikoek, berriz, gorputzari eta
adimenari energia-kargak ematen dizkiote, eta hauek ezin
.dira erraz digeritu energia bizidun bihurtu
Ezjakintasuna jakinduria, ahultasuna eta hauskortasuna
osasun eta bizitasun bihur ditzakezunean, eta bizitzaren
bideetan konfiantzaz eta ausardiaz ibiltzen zarenean -
bakarrik ere-, eta kontzientzia bizi eta erne bat edukitzean
barne-poza bizitzen duzunean, eta Jainkoaren justizian eta
zuzenaren eta injustiziaren gaineko egia garaipenean fede
.sendoa bizitzen duzunean

Eta egunero zure pentsamenduak maila altuago eta
finduagoetarantz askatzen saiatzen zarenean, eta bihotz
maitekor eta esker onekoa duzunean, eta besteekiko asmo
onak dituzunean, zure elikadura intelektual magnetikoa
izango da, eta orduan zuregan erakarriko duzu gauza,
pertsonek eta zirkunstantzien edertasun eta erabilgarritasun
guztia, segurtasunaren eta babesaren kostalderantz bidaia
.jarraitzeko beharrezkoak direnak

Behar duzuna lortzeko ahalegina egiten duzunean eta
Jainkoak ematen dizunarekin pozik zaudenean, espirituz
aberatsagoa eta asebateagoa izango zara munduko
ondasunekin obsesionatuta daudenak eta haien plazer
.laburren irrika dutenak baino

Pertsonek batek Jainkoa bilatzen duenean, benetako
lagun bakarra baita, lagun guztien gainera, benetako
adiskidetasuna ezartzea posible da giza harreman guztietan:
.familiar, anaiartean, ezkontzan eta espiritualean
Adiskidetasuna ezinbesteko elementua da ezkontza-
harremanetan, eta lehentasuna eman behar zaie hurbiltasun
intelektual eta emozionalari, erakarpen moralaren

sentimenduari eta benetako maitasunari eta
.adiskidetasunari

Benetako maitasunaren eta erakarren sentsualaren
artean bereizten ez dakitenak behin eta berriz etsita
geratzen dira

Ezkontza ideal altuetan eta elkarrekiko errespetuan
oinarritzen denean, bi arima maitekorren arteko batasun
zoriontsu eta arrakastatsua bihurtzen da, eta elkarlanean
aritzen dira bizitzako zama arintzeko eta bizitzeko kezka
uxatzeko, errukiaren eta elkarrekiko ulermen atseginaren
.bidez

Inork ezin nau kontrolatu edo nire borondatea kendu,
besteen pentsamendu eta ekintzek nigan eragina izatea
.baimentzen ez badut behintzat

Jauna, konturatzen naiz aukera amaigabe bat dudala

aurrean nire gaitasunak arakatzeko eta nire potentzial
espirituala ezagutzeko, atxikimendu materialak ordezkatzeko
ditut asmo handiagoekin. Eta konturatuko naiz espiritu leiala
beti nirekin dagoela

Gaur nire pentsamenduak baikortasun dosi batez beteko
ditut, esperientzia desatseginetatik urrunduko naiz eta
gorputza, adimena eta espiritua elikatuko dituen
.praktikatuko dut modu orekatu eta koherentean

Bizitzaren eta heriotzaren dantza beti presente dago,
baina nire identitate espirituala babestuz askatuko dut neure
burua betiko, eta proben eta atsekabeen ekaitzak aurrez
aurre jartzen zaizkidanean, nire arimaren ontzian nabigatuko
dut, bizitzaren itsasoan zehar, kostalde seguru eta
.jainkotiarretarantz

Lan egiten eta sortzen dudanean, gogoratuko dut
Jainkoak nire bidez lan egiten duela; unibertsoaren Jauna da
.eta berarekin konektatu naiteke sakonki meditatuz
Ene Jainko maitea, badakit nire pentsamenduek porrota
edo arrakasta ekarriko didatela, nire bizitzako
pentsamendurik indartsuena zein den arabera. Horregatik,

gogoratzen saiatuko naiz laguntza-eskua luzatzen ari zarela
.eta horrek arrakastaren arrazoietarako prestatzen nau
Hondamendi eta zorigaitzek eragiten didatenean, nire
animoa altxatuko dut eta gainditzeko nire erabakia indartuko
dut. Zintzotasuna eta zintzotasuna erabiliko ditut guztiekiko
harremanetan eta elkarreraginean, eta maitasun eta desio
onen pentsamenduak askatuko ditut. Orduan, Jainkoak bere
.botere eta jakinduriarekin lagunduko dit
Jauna, nire borondatea eta adimena erabiliko ditut
lehenik gauza txikiak lortzeko, eta gero lorpen
.handiagoetara igaroko naiz
Anbizio material guztiak bete arren, zoriontasun
osatugabea baino ez dute ekartzen, eta Jainkoa aurkitzea da
benetako zoriontasun bakarra. Poztasun-iturri agortezinak
aurkituko ditut. Eta ez du inoiz isuri eta korrika egiteari
.uzten, arimaren lorategietan eta bere betiberdeko larreetan

Urrezko esaerak

Zoriontasuna da nire eskubidea, nire ondarea eta nire
jainkozko altxor ezkutua. Gida nazazu, Jauna, erregeen
ametsak gainditzen dituzten altxorak nire baitan aurki
.ditzadan

* * *

Bihotzen jainkozko biztanleak bere dizipuluengan
argitzen ditu -bere erruki eta errukiagatik- jakinduriaren
lanpara distiratsuak, ezjakintasunaren iluntasuna uxatzen
.dutenak

* * *

Bizitza erritmo erregularreko mugimendu adimentsua
da. Objektu bizigabeetan moldatzen da, edo forma bizidun
eta mugikorra hartzen du. Bizitza guztiz hartzen du eta dena
.zeharkatzen du

* * *

Oi Maitale Handiena, zu zara bizitza bera, zu zara nire
helburua eta nire nahia. Egin nazazu arrosa loratu bat zure
zeruko lorategian, edo ale distiratsu bat zure maitasun

distiratsuaren lepokoan, edo eman iezadazu ohore handiena:
.zure bihotzeko lekurik txikiena

* * *

Besteek ongia egiteko nire ahalegina estimatzen duten
lekuan, horixe da nik zerbitzurik onena eman dezakedan
.lekua

* * *

Ehundu dezagun ametsen alfonbra urreztatua
oroitzapen gozoen eta pentsamendu finduen hari
zetatsuekin

* * *

Buru huts bat [pentsamendu positibo eta eraikitzaile-rik
gabekoa] arazo, antsietate, etsipen eta itxaropenik ezaren
.fabrika bat da

Maitasun unibertsala zure bihotzean finkatzen bada,
beste ezerk eman ezin dizun zoriontasun iraunkorra eta
.berritua ekarriko dizu

Lurreko existentziaren lorategian loratzen diren
bizitzaren loreak eder-ederrak eta atseginak dira ikusteko.
Baina are bikainagoa eta bikainagoa da nonbait dagoen
edertasun eta jakinduriaren iturburua, nondik etorri garen
.eta zeinera itzuli eta berriro nahastuko garen

Goizean dizipulua esnatzen denean, bere buruari
baieztatzen dio: «Ez naiz gorputza, espiritu ikusezin bat
naiz... Poza naiz... Argia naiz... Jakinduria naiz... Maitasuna
naiz. Eta gorputz honetan bizi naizen arren, nire espiritua
.«hilezkorra da eta usteltzeak ukitu gabe

Ihantz-tantak loreak loratzen eta hazten laguntzen duten
bezala, adeitasunak adiskidetasuna elikatzen eta haren
hazkundera sustatzen du

* * *

Badira ozeanoaren gainazalean agertzen diren olatuak
eta haren sakonean desagertzen diren olatuak; bi kasuetan,
ozeanoaren barruan daude eta harekin bat dira. Era berean,
ozeano kosmikoaren gainazalean "bizitzan" flotatzen duten
edo "heriotzean" bertan desagertzen diren gizakiak
.betikotasunaren ozeanoan daude berdin

* * *

Ilargiaren isla ez da argi ikusten ur nahasietan, baina
uraren gainazala baretzen denean, ilargiaren isla guztiz argi
bihurtzen da. Gauza bera gertatzen da gogoarekin: bare
dagoenean, zure arimaren aurpegia ikus dezakezu argitasun
.eta zehaztasun osoz

Bidali, Jauna, zure jakinduriaren eguzki izpiak nire lorpen
egun zoriontsuetan gidatzeko, eta zure errukiaren ilargi
betearen argia atsekabearen gau ilunetan zehar ibiltzen
.naizenean

Meditazioa da gogo unibertsalarekin konektatzeko
bidea, eta kontzientzia infinitu horrekin harmonizatzen
zarenean sorkuntzaren sekretu guztiak ezagutu ahal izango
.dituzu

Jainkoarengana hurbiltzeko eta hura ezagutzeko nahia
ez da berez sortzen, landu egin behar da, eta bizitzak ez du
.baliorik nahi hori gabe

Lurreko bizitza aldi baterako geldialdia da, eta
gizateriaren lehen betebeharra bidaia honen xedea eta
xedea ulertzea da. Helburu hori Jainkoa ezagutzea da, eta
.ezin da beste ezer izan

Zure bakea zure altxor preziatua da, beraz, ez utzi inork
.altxor hori zuregandik kentzen

* * *

Ikasi bakarrik, seguru eta babestuta egoten zure
bertuteen eta autoestimuaeren gotorlekuan

* * *

Dena existitzen da Jainkoa existitzen delako Eta bera
existitzen delako, zu ere existitzen zara Bere existentziari
esker, bizitzaren erosotasunez eta pozez gozatzen duzu
Beraz, Jainkoarekiko zure esker ona sakona izan behar da

Liburu onak lagun isilak, adeitsuak eta errespetutsuak
izan daitezke. Ez utzi liburu hauek zure une zailetan, ez
zaituztelako inoiz utziko, lagun fisikoek ez bezala, hauek
.abandonatu zaitzaketenak

Osasun ona, bizitza eroso eta gaitasun mental handia
duen edonork, baina zoriontasunik ez duenak, ez du oraindik
bizitzan arrakastarik izan. Benetan esan dezakezunean,
"Zoriontsu naiz, eta inork ezin dit nire zoriontasuna kendu",
.Jainkoaren irudia aurkitu duzu zeure baitan

Bakean eta lasaitasunean jarri arreta, eta bidali
maitasun pentsamenduak eta asmo onak bakarrik bakean
eta harmonian bizi nahi baduzu. Bizi ezazu zuzentasunean
eta jainkozaletasunean oinarritutako bizitza, eta zure
bizitzarekin lotuta dauden guztiek onura aterako dute
.zurekin egoteagatik

Lagunik ez baduzu, edo zure lagunek zure denbora
alferrik galtzen badute, edo ez bazara ondo moldatzen
haiekin, utzi jakinduria duten liburuak [eta materialak] zure
lagun izaten, haien orrialdeen ateetatik ideia harrigarri eta
.zirrargarrien mundu batera igaro zaitezkeelako

Jainkoa aurkitzeak bihotzak nahi duen guztia lortzea
esan nahi du, eta espirituala izateak osasunerako,
zoriontasunerako eta arrakastarako ateak irekitzea esan
.nahi du

Gure baitan bizitza guztia sortu eta eusten duen
.jainkozko boterearen txinparta bat dago, eta piztu zain dago

Irakurketa oso jarduera mental onuragarria da; adimena
lantzen du eta malgua mantentzen du. Egunero ordubetez
edo biz irakurtzeak edonori ezagutza-oinarri anitza emango
dio urte gutxiren buruan, baldin eta liburu merezi dutenak
aukeratzen baditu. Ez galdu denborarik eta ez kaltetu zure
gaitasun mentalak eleberri merkeak edo helbururik edo
.esanahirik ez duten liburu hutsalak irakurriz

Gizarte-joera dutenek liburu baliotsuetan energia berri
bat aurkituko dute gizateriari laguntzeko, gizon-emakume
noble eta talentudunek idatzitako liburuetan jasotako lezioen
.bidez
* * *

Irakurketa oso jarduera mental onuragarria da; adimena
lantzen du eta malgua mantentzen du. Egunero ordubetez
edo biz irakurtzeak edonori ezagutza-oinarri anitza emango
dio urte gutxiren buruan, baldin eta liburu merezi dutenak
aukeratzen baditu. Ez galdu denborarik eta ez kaltetu zure
gaitasun mentalak eleberri merkeak edo helbururik edo
.esanahirik ez duten liburu hutsalak irakurriz
* * *

Berekoikeria eta harrotasuna ezabatu behar dira,
.ezagutza espiritualerako oztopo handienak direlako
* * *

Jainkoaren sentimendurik gabe, mundu hau gatazkaz,
indarkeriaz eta etsipen mingotsez beteta dagoela dirudi.
.Zoriontasuna Jainkoarengandik hurbil sentitzean datza

* * *

Jainkoa ezagutzen dutenek etengabeko poza eta
zoriontasuna dute bihotzean. Segurtasun eta lasaitasun
bedeinkatua sentitzen dutenez, haserrearen ekaitzak ezin
.ditu astindu, ezta beldurrak ere bihotzean sartu

* * *

Liburu onak zure lagunik onenak dira; haien bidez,
adimen handiak entzun ditzakezu zurekin leunki hitz egiten,
kontsolatzen zaituztela eta aholkurik onenak eskaintzen
dizkizutela. Liburu onak irakurtzeko benetako gogoia lantzen
.ez baduzu, belaunaldien ondarea galtzea esan nahi du

* * *

Jainkozko laguntzarik gabe, jendea porrotera
kondenatuta dago, bizitzako borrokan arrakasta izateko
behar diren indarra eta jakinduria iturri infinitu batetik
baitatoz. Pertsona batek Jainkoa alde batera uzten duenean,
arrakasta lortzeko beharrezko laguntza eta babesa ematen
.dion bizi-lerroa mozten du
Aukera espiritualen atea jotzen duten bilatzaileek atea
irekita dagoela ikusiko dute, Jainkoak bere buruari laguntzen
.diotenei laguntzen dielako
Jainkoarekin harmonian zaudenean, natura osoa zurekin
harmonian dago

* * *

Maitasuna lixa-papera bezalakoa da, adimena leuntzen
.duena eta izaerari zakartasuna kentzen diona

* * *

Bat-batean Jainkoa nonahi aurkitzen duzunean, eta
zuregana etortzen denean, inspiratzen zaituenean eta
gidatzen zaituenean, jainkozko maitasunaren istorioa hasi
.da

* * *

Maitasuna bihotzetan irradiatzen dadila eta sendatzeko
izpiak bidal diezazkiela besteei

* * *

Bilatu Jainkoa ezagutzen gazte eta indartsu zaren
bitartean, zahartzaroan eta gaixotasunean ezin izango
baituzu gehiago bilatu. Jendeak bizitzaren benetako
esanahia ulertzen hasten den adinean, gorputza ahuldu
egiten da, eta bizitzaren gainerakoa egia bilatu beharrean,
.beren gaitasun fisiko hauskorrak zaintzen ematen dute

* * *

Jende guztiengandik onena hartuko dut, eta
nazionalitate guztien ezaugarri onak estimatuko ditut, haien
.akatsetan arreta jarri gabe

* * *

Eguneroko janariaren balio nutrizionalaz arduratzen
garen bezala, egunero gure buruari ematen dizkiogun
.mantenugai psikologikoei ere erreparatu beharko genieke

* * *

Hitz atseginak erremedio zoragarria dira gaitz
askotarako, indar magnetiko indartsua, ia magikoa baitute,
bedeinkapen eta oparotasun ugari ekartzen dizkiena
hizlariari. Hitz lasaigarri eta leunak erabiltzen dituztenek
korronte sotil bat sentitzen dute etenik gabe zeharkatzen,
lasaitasun sakon batez betetzen direlarik. Hau da, korronte
hori bere iturri altuagoarekin lotuta dagoelako, iturri horrekin
harmonian dauden arimetara iristen den fluxu konstante bat,
bakea nahi dutenei zoriontasuna transmititzeko aukera
.emanez

* * *

Zenbat hitz onek uxatu dituzte bihotzeko atsekabe asko
eta zenbat ahots jakintsuk argitu dituzte bide ilunak poz eta
!lasaitasun lanparekin

* * *

Bizi dugun esperientzia bakoitzaren bidez hazten gara,
baldin eta haietatik ikasgai baliotsuak ikas ditzakegula
konturatzen bagara. Bizi dugun min eta sufrimendu guztiek
esanahia eta helburua dute. Esperientzia hauen gogortasuna

gorabehera, burdin mea urtzen duen sua bezalakoak dira,
.altzairu eder, sendo eta moldakor bihurtzen duena

* * *

Nire bizitzako lorpen bikain guztiak Jainkoarekin
harmonian dagoen gogo baten botereari esker lortu dira.
Jainkozko sorgailua martxan dagoenean, nahi dudana guztia
gauzatzen da salbuespenik gabe, lehenik diseinu ikusezin
eta etereo gisa forma hartuz eta gero errealitatean indar
.erresistiezin batekin agertuz

* * *

Adimenak Jainkoari bihotzez eta sutsuki xuxurlatzen
dionean arima irrikatsu baten sakonetik, espirituaren deiak
bihotz unibertsala ukituko du, eta erantzuna etorriko da,
berarekin batera poz izugarria ekarriz. Xuxurla intelektual
honek borondatea lantzen du, nahi den helburua lortzeko
.beharrezko indarra izan arte

* * *

Pertsona baten gogo eta borondatea Jainkoarekin
harmonian daudenean, botere mugagabeaz hornituta daude,
beraz, zerbaitetan pentsatzea nahikoa da hori lortzeko,
jainkozko legeak borondate gorenarekin harmonian
.daudenen alde egiten baitu

* * *

Gure kezkak edozein direla ere, Jainkoak lehen postua
izan beharko luke gure bizitzan. Hazkunde espiritualaren
elementu garrantzitsuenetako bat Jainkoari etengabeko eta
bihotzez xuxurlatzea da, non zuk zeuk pertsonalki aldaketa
positibo zoragarri bat biziko duzun, asko txundituko
.zaituena

* * *

Gizakiak ez luke Jainkoak eman dizkion gaitasun mental
guztiak gauza iragankorrak bilatzera bideratu behar, bestela
materialismoaren labirintoetan galduko baita eta behar ez
dituen murrizketak eta mugak sortuko baititu bere buruari.
Horren orde, bere gaitasun mentalak erabili beharko lituzke

bizitzako beharrezkoak lortzeko eta bere gaitasun
espiritualak garatzen saiatu beharko lituzke, ongia eta
gaizkia bereizteko, eta kaltegarria eta onuragarria dena
.bereizteko

* * *

Egia iritzi eta teorien atzean dago, eta ikuspegi hau
hartzen duten askok beren ondorio subjektiboek mugatzen
.dituzte

* * *

Ireki, Jauna, lasaitasunaren ateak eta babestu nire
pentsamendu espiritualen santutegia xuxurla gaiztoen
erasoetatik, eta utzi nire irriken arrosak loratzen nire
bihotzeko lorategian, zure etorreraren egunsentia itxaroten
.dudan bitartean

* * *

Ezagutza teorikoak ez du jainkoazko ezagutza lortzeko *
gaitasunik, eta komeni da norberaren denbora preziatua ez
galtzea errealitatean aplikatu ezin diren teorietan, bestela
norbera oihan intelektual trinkoen erdian aurkituko baita eta
.teorien eremua gainditu ezinik

* * *

Zoriontasuna bizitzako egoera aldakorretan lortutako
garaipen psikologikoaren fruitua da

* * *

Jainkoak ezagutzen duena munduarentzat ezezaguna
izan daiteke

* * *

Pertsona batek bere burua ezagutza teorikoarekin
programatzen badu [benetako probarik gabe], esaera
zaharrak errepikatzen eta esaldi gorenak oihartzun egiten
dituen grabagailu eramangarri baten antzekoa izango da,
eta besteek jakintsutzat hartuko dute, baina ezagutza hori
ez da egiaren pertzepzio zuzenak indartzen, ezta lorpen
.espiritualak ere

* * *

Arazoak munduan jarraituko dute, beraz, nora jo daiteke
gidaritza eta norabide bila? Norberaren pentsamenduak,
ohiturek, aurreiritziek, joerak eta fanatismoak eraginda, ez
dute ezertarako balio, eta norberaren ingurunearen,
famiIiaren, herrialdearen edo munduaren eraginek ez dute
benetako gidaritzarik emateko. Beraz, Jainkoarengana jo eta
arimaren sakonetik datorren ahots lasai eta bareari entzun
.behar zaio, egiarekin harmonian dagoen ahotsari

* * *

Ireki zuen bihotzak jainkozko isurketari, zuengandik isuri
eta zuen bizitzak bedeinkazio eta ontasun espiritualez bete
.ditzan

* * *

Edozein lan egiten duzun eta edozein lorpen lor
dezakezun, gogoratu beti Jainkoa dela lan egiteko eta
.lortzeko behar duzun indar guztia ematen dizun iturria

* * *

Gogora nazazu, Jauna, pobrezian eta oparotasunean, *
gaixotasunean eta osasunean, ezjakintasunean eta
jakindurian, eta ikus dezadan unean ongizatea eta
sendatzea ematen duen zure argi bedeinkatua

* * *

Nire pentsamenduen bakardadean, zure ahots
bedeinkatua entzuteko irrikitan nago. Kanpora itzazu
niregandik nire oroimenaren tolesduretan ezkutatuta dauden
ahots lurtar eta gogorrak. Zure ahots lasai eta melodiosoa
.entzun nahi dut betiko nire arimaren lasaitasunean

* * *

Bizitza iluntasunean inguratuta dago, eta Jainkoaren
argia izan behar du gure gidari-lanpara bere bide ilunetan
zehar ibiltzen garen bitartean. Ilbetea da ezjakintasun eta
iluntasun gauetan, argitasunaren eguzkia esnatzeko
orduetan, gidaritza-argia eta Ipar Izarra lurreko existentzia
.iragankorreko itsasoetan zehar dabiltzanentzat

* * *

Gizateriarentzat ahanzturaren lozorrotik esnatzeko
garaia da, esnatze espiritual batera. Jauna, eskatzen dizugu
gure kontzientzia axolagabekeriaren eta pentsamendu estu
eta mugatuaren sakonetik bakearen, argiaren, maitasunaren
.eta giza erruki unibertsalaren horizonteetara igotzeko

* * *

Gauzak azkenean hobera egingo dute, Jainkoaren
botereak eta mirariak giza bizitzaren kontraesanen atzean
ezkutatzen baitira, eta egoeraren saihestezintasunaz
konbentzitura ez dagoenak eta bere gogoarekin eta
fedearekin beloaren atzean dagoen horretara sartzen
.saiatzen denak atea irekiko dio

* * *

Fedeak ez du esan nahi arduragabea izatea edo egoerak
zentzuz ez jokatzea. Aitzitik, gertatzen dena gertatzen dela
ere, pertsonak ziurtatu behar du Jainkoak bakarrik lagundu
diezaiokeela egoera zail eta nekagarrietan, bihotz, arima eta
.sentimendu osoz Harengana jotzen badu

* * *

Gure zentzumenek egia osoa helarazi ahal izango
baligute, lurra elektroibai gisa ikusiko genuke, eta hauts
zati bakoitza argi masa birakari gisa. Materialaren eremutik
espiritualera sartzen direnek ilusioaren izaera ulertzen dute
.eta egiaren funtsa ezagutzen dute

* * *

Afrikako oihanean, gudu-zelaian, gaixotasun edo
pobreziaz jota, norberak konbentzitu behar du Jainkoaren
eskua edozein arrisku baino indartsuagoa dela eta harengan
babesa bilatzen dutenak babesteko gai dela. Ez dago babes-
bide eraginkorragorik. Noski, arrazoia erabili behar da
gertaerei aurre egiteko, aldi berean jainkozko laguntzan
.konfiantza osoa jarritz

* * *

Izaki guztien bihotzetan bizi den maitasuna —ama, aita,
lagun eta maite guztien maitasuna— jainkozko maitasunetik
.dator

* * *

Bereizketa egin behar da betebeharrak nagusien eta txikien
artean, garrantzitsuena lehenetsiz soilik garrantzitsuena
baino. Gainera, ez dago beste betebeharririk kontraesanean
jarri behar denik. Eskriturek diote betebeharrak bat beste
batekin gatazkan dagoenean, benetako betebeharrak ez dela
.frogatzen duela

* * *

Eguzkiaren izpi biziak zabaltzen diren heinean,
itxaropen izpiak zabalduko ditut pobreen eta abandonatuen
bihotzetan [gizarteak baztertu dituenen], eta erabakitasun
berria txertatuko dut porrot egiten dutela uste dutenen
.bihotzetan

* * *

:Paramahansa irakasleak bere dizipulu bati esan zion
Ez baztertu inor zure maitasun zirkulutik. Gorde denak"
."zure bihotzean eta haiek ere berenean gordeko zaituzte

* * *

Jauna, lagundu iezadazu nire borondatea beti erabiltzen
ekintza onuragarriak eta onak egiteko
Lagundu iezadazu Zure nahiari egokitzen, nire
pentsamendu guztiak Zure helburuei erantzuteko eta Zure
.nahiarekin harmonian egon daitezen
Nire baitan ezkutuko eta bedeinkatutako boterea
esnatzen lagundu zidan, zailtasun eta proba guztiak gainditu
.ahal izateko

* * *

Esnatu zaitez ausart eta apal den nortasun espiritual
horretara - lehoien indarra usoen leuntasunarekin uztartzen
.duen nortasun espiritual horretara

* * *

Ez zait axola izango kritika mingots eta faltsuak, ezta
laudorio eta lausengu ugariak ere. Nire desio bakarra zure
.nahia egitea da, Jauna, eta zure faborea lortzea

* * *

Ezin duzu imajinatu jainkozko presentzia sentitzean
beteko zaituen poz izugarria. Zure arima Jainkoaren
maitasun mugagabeaz mozkortuko da orduan. Gizaki ororen
maitasuna baino milioika aldiz handiagoa den maitasuna da:
zure desio guztiak betetzen dituen eta zure bihotza poz eta
.asebetez betetzen duen maitasuna

* * *

Barne-fokuaren bidez, zoriontasun espirituala zuzenean
bizi dezakezu zure baitan eta zure inguruan. Kontzientzia
hau lantzen baduzu, zure nortasuna modu harmoniatsuan
haziko da, eta magnetismo erakargarria lortuko duzu
.pertsonentzat eta beste izakientzat

* * *

Oi Babesle Handia, ez zait axola dena galtzea nire
patuaren ondorioz, neuk egina baita, baina zuri eskatzen
dizut, nire babesleku bakarra, zureganako maitasunaren
kandela axolagabekeriaren eta ahanzturaren haizeetatik
.babesteko

* * *

Edan dezagun ase arte bakearen ur garbi eta
freskagarrietatik, egoera faboragarrien iturburuetatik
datozenetatik, positiboki pentsatzeko eta ikuspegi baikorra
.izateko dugun erabaki sendoak indartuta

* * *

Kontzientzia pertsona baten benetako izaera eta
motiboak agerian uzten dituen zentzumen intuitiboa da.
Zure kontzientzia garbi dagoenean, eta zuzena dena egiten
ari zarela badakizu, ez duzu ezer beldurtzeko. Kontzientzia
garbia Jainkoaren jokabide onaren lekuko da. Kontzientziaren
auzitegian absolbituta egoteak zoriontasuna izatea eta
.Jainkoaren bedeinkazioak jasotzea esan nahi du

* * *

Saiatu jende gehienak egiten ez dituen gauza ausart eta
atseginak egiten, eta eman maitasuna eta bakea besteek
.alde batera uzten dituzten horiei

* * *

:Paramahansa irakasleak bere dizipulu bati esan zion
Adimena lantzen denborarik ematen ez baduzu, ez"
duzu oparotasun materialak asetuko. Lantze hau ez da
tortura, baizik eta kontzientziaren entrenamendua
zoriontasunera eramaten gaituzten pentsamenduak eta
."ekintzak elikatzeko

Zure zoriontasuna zure arrakasta da, beraz, ez utzi inork
lapurtzen. Babestu zeure burua zu gogaitzen saiatzen
direnengandik. Mutikoa nintzenean, pazientzia galtzen nuen
norbaitek nire inguruko zurrumurru faltsuak zabaltzen
zituenean. Geroago, konturatu nintzen nire lasaitasuna
jendearen onespina edo miresmena baino garrantzitsuagoa
.dela

* * *

Jainkoarekiko deboto batzuek bizi duten jainkozko
maitasunaren istorioa jakingo bazenu! Bizitzako beste
esperientzia batek ezin du poz horrekin konparagarri izan.
Jainkoaren maitasunean etengabe murgilduta zegoen santu
bat ezagutu nuen, eta bere aurpegiak maitasun santua
irradiatzen zuen. Jainkoaren begia beti dago maite
.dutenengan, eta ez ditu inoiz une batez ere abandonatzen

* * *

Gutxi dira beren gaitasun mentalak eta espiritualak
garatzeko interesa dutenak

* * *

Ez utzi zeure buruari atzerapenaren hondora
hondoratzen. Jaiki zaitez eguneroko errealitate
aspergarriaren lozorrotik eta abiatu bizitza findu baten
.horizonteetarantz, non lorpena, poza eta bakea dauden

* * *

Zure baitan inbertitzeko zain dagoen potentzial izugarria
dago, eta zu zara hori aktibatu eta onura ateratzeko gai den
.bakarra

* * *

Ohitura txarren eta desira osasungaitzen aginduetatik
askatzeak arrakasta materialak baino zoriontasun handiagoa
dakar. Arrakasta intelektualean ongizate psikologiko bat
dago, kanpoko egoerek kendu ezin dutena. Denbora guztia
aberastasuna metatzen eman dezakezu, baina aberastasun
horrek ez dizu bilatzen duzun bake eta segurtasun
iraunkorra emango. Aitzitik, atsekabe handiagoa ekarriko
dizu, benetako zoriontasuna eta bakea gogoan baitaude, ez
.ondasun materialetan

Zure benetako nian sendo finkatuta zaudenean, zeregin
guztiak betetzen dituzu eta gauza on guztiak jainkozko
.pozarekin gozatzen dituzu

* * *

Ez utzi ahultasunak zure buruan sartzen, eta kontuz ibili
pentsamendu negatiboak eta ikuspegi pesimista duten
pertsonekin elkartzean, haien pensamendu ahulak zure
buruan ez sartzeko, zure buruak besteen pensamenduek
ahuldu ezin duten indar maila lortu ezean, baizik eta, aitzitik,
besteen pensamenduak indartu eta haien autokonfiantza
.handitu ahal izango duen arte

* * *

Jainkoa da lehenengoa, eta ez genuke gure eguna hasi
edo amaitu behar beragan pentsatu gabe. Gogoratu behar
dugu Jainkoagandik jasotzen dugun indar eta energiarik
gabe ezingo genukeela ezer lortu. Beraz, gure betebeharririk
.handiena berarekikoa da

* * *

Badago ohiturak eta tradizioak ebaluatu eta epaitzeko
modu bat. Hasieran, tradizio guztiek zuten justifikazioa.
Justifikazio hori oraindik existitzen bada, orduan tradizioak

esanahia eta onura ditu. Hala ere, ez da zentzuzkoa
tradizioak itsu-itsuan jarraitzea. Egia jakin eta jarraitu behar
diogu, zoriontasuna zerk ekar diezagukeen bereiziz eta gero
.aplikatuz

* * *

Hainbeste jende zoriontasun edo arrakastarik gabe
ikusten duzunean, ez pentsa hori dela haien patua. Nahi
duzuna bihur dezakezu zeure burua. Zure barne arrakasta
.da benetan arrakastatsu egiten zaituena

* * *

Zure baitan ezer ez baduzu, ez zara zoriontsu izango.

Baina zure inguruan ezer ez baduzu eta zure baitan
zoriontsu bazara, zalantzarik gabe arrakastatsua zara. Beraz,
ezinezkoa da pertsonak kanpoko egoeretan oinarrituta
.epaitzea

* * *

Jendetza zabalen artean, egon daiteke gorakada
espiritualera iritsi den eta barne-bakea eta zoriontasun
.espiritual gorena gozatzen duen pertsona bat

* * *

Badakit ziur behar dudan guztia etorriko zaidala, eta
horregatik ez dut kezkatzen etorkizunak zer dakarren. Hau
ez da harrokeria edo itxurakeria, botere bedeinkatu horren
lana eta eraginkortasuna askotan esperimentatu baititut nire
.bizitzan

* * *

Bizitzaren gainazalean flotatzen ari naizen ala
itsasoaren sakonean itotzen ari naizen, badakit Jainkoarekin
nagoela eta bera nirekin dagoela, eta ezerk ezin didala
kalterik egin. Ezagutza horrek zoriontasun deskribaezin eta
.sakona eman dit

* * *

Zalantzarik gabe, zerbait berria erostea esperientzia
atsegina da. Baina denbora baten ondoren, sentrazio alai
hori pixkanaka desagertzen da, eta baliteke interesa guztiz

galtzea, ahaztu eta beste zerbaite desiratzea. Hala ere,
elementu horren faktura ez da ahaztuko, batez ere kuotan
!ordaindu baduzu

* * *

Pertsona batek bere bizitzaren kontrola hartu eta ahalik
eta gehien sinplifikatu beharko luke. Beharrezko eta
larrialdietarako dirua aurreztu beharko luke, luxuetan
gastatzearen gainetik aurrezteari lehenetsi eta ahal duen
guztia eman besteei. Besteei laguntzen diezunean, laguntza
modu batera edo bestera etorriko zaizu, eta ez zaizu ezer
.faltako eta ez zaizu ezer galduko

* * *

Bihotz guztien pozean, zure zoriontasunaren oihartzuna
entzuten dut, Jauna, eta fededun guztien adiskidetasunean,
zure maitasuna sentitzen dut. Pozten naiz eta nire bihotza
pozten da nire lagunaren arrakasta eta oparotasunaz, nire
ongizate eta erosotasunaz poztu naizen bezala. Besteengan
jakinduria pizten dudana heinean, nire jakinduriaren altxorak
biderkatzen ditut, eta guztien zoriontasunean, nirea
.aurkitzen dut

* * *

Zoriontasunaren etsairik handiena luxuak erosteko dirua
maileguan hartzea da. Jendeak uste du, oker, ezin direla
zoriontsu izan zerbaite zehatza eskuratzen ez badute. Baina
gauza hori eskuratu ondoren ere, ez dute benetako
zoriontasunik biziko, dakarren aldi baterako poza
gorabehera. Zertarako hautsi egingo dela agintzen duen
lurreko zoriontasunaren mirajaren atzetik ibiltzeak? Jendeak
modu sinplean bizi beharko luke, etengabeko arreta behar
.duten ondasun ugari behar izan gabe

* * *

Nire paradisia nire baitan dago Jainkoaren
bedeinkapenez gozatzen dudana heinean, eskerrak ematen
dizkiot, eta nire barne-poza hazten da Barne-poztasun hori
gabe, lurreko plazer eta gozamenak ere infernu bihurtzen

dira Konturatu naiz barne-poz hori gabe, nire gain jarritako
erantzukizunen zamak bakea kenduko zidala eta
.zoriontasuna kenduko zidala

* * *

Aberastasuna gaixotasunekin eta arazoekin batera
badago, ondorioak ugariak izango dira Higienea eta osasun-
laguntza Mendebaldearen indarguneen artean daude
Intsektu kaltegarriak eta mikrobio hilgarriak
eraginkortasunez kontrolatzen dira herrialde garatuetan,
beste batzuetan ugariak diren bitartean Baina izurrite hauek
ezabatzea ez da lorpenaren gailurra, beste mota bateko
gaitz batzuk baitaude herrialde garatuetan, hala nola,
ordaintzeko zailtasunak dituzten fakturak eta zatika
ordaintzeko sistemek eragindako finantza-krisi itogarriak —
.—loa nahasten eta lasaitasuna ahultzen duten gaitzak

* * *

Unibertso handi hau sortu zen kontzientzia beraren
.parte gara

* * *

Ikusi al duzu inoiz ardi-talde bat? Batek salto egiten
badu, gainerako artaldeak zalantzarik gabe imitatzen du.
Jende gehienak horrelakoa da. Norbaitek ideia bat
bururatuko litzaioke edo joera berri bat aurkeztuko luke, eta
beste batzuek berehala jarraituko diote modari eta kopiatu
egingo dute. Eredu hau belaunaldiz belaunaldi iraun du.
Nazio guztiek dituzte bere ohiturak eta tradizioak, eta ezin
dugu esan guztiak zuzenak edo sendoak direnik. Baina nork
daki? Agian ohitura eta tradizio horietako batzuk
.zentzugabeak eta alferrikakoak dira

* * *

Pentsamenduen ekaitz nahasia baretzen denean,
bakearen erreinuan sartzen gara eta jainkozko presentzia
ukitzen dugu

* * *

Pentsa ezazu Jainkoarengan, edo bakea inspiratzen
duen paisaia eder batean, edo esperientzia alai eta atsegin
batean. Buruko jarduera positiboa eta lasaia indarberritzailea
.eta freskagarria da

* * *

Mundu kaotiko eta nahasi batean bizi gara. Diruak
zoriontasuna esan nahi duela pentsa dezakezu, baina lortzen
duzunean, zorigaiztoko zarela konturatzen zara.
Aberastasuna lortu eta osasuna gal dezakezu (Jainkoak ez
dezala utzi). Edo osasun ona izan eta dirua galdu. Edo
aberastasuna eta osasuna izan ditzakezu, baina arazo ugari
izan ditzakezu besteekin, adeitasuna eskainiz, baina
gorrotoa eta haserrea jasoz. Jainkorik gabe, bizitza honetan
.ezerk ezin zaitu benetan ase

* * *

Lurra tortura-ganbera bihurtzen da jainkozko planaren
ezjakintasunean bizi direnentzat. Baina bizitzako
esperientziak zure irakasle gisa ikusten dituzunean eta
haietatik mundu honen benetako izaera eta drama
kosmikoan duzun rola ikasten duzunean, esperientzia horiek
argibide baliotsu bihurtzen dira betiko poztasun eta
.zoriontasunerako bidean

* * *

Han, iluntasun ilunaren, isiltasun isilaren eta sortu
gabeko ezerezaren atzean, betiereko esentzia dago,
existentziaren jatorria eta botere eta izaki guztien, ikusgaien
.zein ikusezinen, iturria dena

* * *

Jainkoak ez zuen lur hau sortu guretzat jan, lo egin eta
hiltzeko soilik, baizik eta bere nahia ezagutu eta gure
existentziaren helburua uler dezagun. Jakintsu gutxi batzuek
ulertu dute kosmosaren planaren esanahia, baina jende
.gehiena itsua da eta ez da konturatzen helburu horretaz

* * *

Dirua ez zen inoiz nire bizitzako helburua izan; nire
helburua gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzea zen.
Horregatik, Jainkoak aukera asko ireki zizkidan neure burua
.mantentzeko eta nire misioa betetzeko

* * *

Jainkoak unibertso hau lege finko eta aldaezin baten
arabera funtzionatzeko sortu zuen. Lege unibertsal hauetako
edozein urratzen badugu, geure burua zigortzen dugu.
Eraikin altu baten teilatutik salto egiten duen norbaitek
hezurrak hautsi egingo ditu. Beraz, ezin dugu grabitatearen
.legea alde batera utzi ondorioak jasan gabe

* * *

Munduko zibilizazioei begirada sakona eman eta
antzinako zibilizazioen sekretu ezkutak aztertzen
ditugunean, irudi zabal bat agertzen da, lerro
korapilatsuekin, kapitulu anitzekin eta xehetasun zehatzekin,
eta gizakia aldi berean banakakoa eta soziala dela ikusten
.dugu

* * *

Jainkoak kontzientzia materialaren menpe bakarrik
bizitzea nahi badu, gauza materialekin guztiz asebeteta
egongo ginateke eta munduko bideekin konformatuko
.ginateke

* * *

Ametsak gainditzen dituen garbitasun, bake eta
zoriontasun izpiak distira eta dantzan dabilta gure
funtsezko sakontasunean

* * *

Gure lurreko bidaia honetan gure bizitzako zeruan
agertzen den esperientzia bakoitzarekin, gure kontzientzia
zabaltzen eta inguratzen gaituzten edo jasaten ditugun
inguruabarrak hobeto ulertzen ikasi behar dugu, eta orduan
harmonia hobean bizi eta jendearekin eta bizitzarekin
.leunago moldatuko gara

* * *

Jende gehienak besteak imitatzen ditu. Pertsona batek originala eta sortzailea izan behar du, eta egiten duen guztia .menperatu

Ekialdean, arreta nagusia zoriontasun espirituala lantzea izan da, bizitzaren alderdi materialak askotan baztertu diren bitartean. Mendebaldean, erosotasun material batzuk badaude, baina zoriontasun psikologiko gutxi. Behar dena bien arteko oreka da, bizitzaren alderdi bakarrean zentratzeak desoreka eta bizitzaren eskaerei arrazionalki .aurre egiteko ezintasuna dakarrelako

* * *

Zoriontasun handiena -jainkozko zoriontasunaren ondoren- pertsona bat urteko egun guztietan bizi behar .dituen bere senide hurbilekin bakean egotea da Jendeak denbora asko galtzen du presaka eta oldarkortasunez jokatzeko, gauza handirik lortu gabe. Gutxi dira hausnartzeko eta bizitzak zer eskaintzen duen ulertzen .saiatzeko gelditzen direnak

* * *

Bakearen lorategietan jakinduriaren barne eraikinak eraikitze lan egin behar dugu, bertute espiritual .zoragarrien lore ugariekin loratzen eta distiratzeko direnak

* * *

Barne harmonia indar iturri aberatsa da eta energia berriztagarria sortzen du

* * *

Bizitzari begiratuta, arrakasta ez dela erraza konturatzen gara Bizitza askotan gogorra eta barkaezina da, eta bizibidea ateratzeko borrokatu behar dugu Pentsa ezazu zure gorputza mantentzeko eta osasuntsu eta gaixotasunetatik libre mantentzeko behar den ahaleginean! Horretan arrakasta izan arren, arrakasta hori aldi baterakoa da Gorputza —luzerako bizitza izan dezazula— azkenean atsedean hartuko du Beharrak indar ugariri aurre egitea agintzen du, bai barnekoak bai kanpokoak, nahi den

arrakasta lortzeko Indar hauek nekaezin lan egiten dute
benetan esanguratsuak diren lorpenak lapurtzeko

* * *

Saiatu lasai egoten edozein egoeratan, eta utzi zure
.bakearen hazia alaitasunez eta poztasun irribarrez loratzen

* * *

Santu handienek ere ez dute salbazio osoa lortzen beren
arrakasta —beren esperientzia espiritualak eta ezagutza
handiagoa— besteekin partekatzen ez badute, ulermen
espirituala lortzen lagunduz. Horregatik, etapa horietara iritsi
eta egoera horietara iritsi direnek irrikaz daude ulermena
behar dutenei emateko. Benetako arrakasta nahi baduzu, ez
.duzu zure zoriona bakarrik ziurtatuko, baita besteena ere

* * *

Adimena duen edonork irabaz dezake dirua. Baina
bihotzean maitasuna badu, ez du inoiz diru hori helburu
berekoietarako erabiliko; aitzitik, besteekin partekatuko du.
Dirua madarikazio eta zoritxarra da berekoien eta zikoitzen
eskuetan, eta bedeinkapen eta oparia bihotz oneko eta
.arima eskuzabalekoen eskuetan

* * *

Norbaitek denbora luzez isilik egotea aukera dezake,
bere familiarekin hitz egiteari uko eginez. Pertsona horrek
barne-bake maila bat lor dezakeen arren, bere jokabidea
berekoia eta kaltegarria da bere familiaren
zoriontasunerako. Ezin da benetan arrakastatsutzat jo bere
maiteek ere bere lorpenetatik etekina ateratzen ez badute.

Era berean, arrakasta materiala lortzea ez da soilik
oparotasunaz gozatzeko dugun eskubidea; baita besteekiko
dugun erantzukizun moralak ere, beren finantza- eta bizi-
.baldintzak hobetzen laguntzeko

* * *

Nire kontzientzia garbiaren hormen atzean babestuta
nago, iragan iluna erre dut eta gaurkoaz bakarrik nago
.kezkatuta

* * *

Gaur konturatzen naiz ongi handienaren argiarekin bat
naizela eta atsekabeen itsasoko olatuen aurka borrokatzen
.direnentzako itsasargia naizela

* * *

Jendeak ikuspegi eta teoria desberdinak ditu arrakastari
buruz, bizitzako anbizioen arabera. Ez da arraroa entzutea
batzuek arrakasta lapurretarekin parekatzen dutela,
honelako gauzak esanez: "Lapur arrakastatsua zen!". Horrek
azpimarratzen du arrakasta, bere forma eta barietate
guztietan, desiragarria eta bilatua dela. Hala ere, gure
.arrakastak ez luke besteei kalte egin behar
Arrakastarako beste irizpide bat ere badago: geure
buruarentzat emaitza harmoniatsuak eta onuragarriak
lortzeko gai garenean, besteak ere gure arrakastan sartu eta
.haren fruituak haiekin partekatu behar ditugu
Arrakastak pertsona baten ingurunean duen poztasuna
eta gogobetetasuna esan nahi du. Benetako arrakasta
zuzentasunaren printzipioetan oinarritutako ekintzen
emaitza da, eta besteen zoriontasuna eta ongizatea hartzen
ditu barne, norberaren zoriontasunaren zati gisa. Printzipio
hau gure bizitza materialean, intelektualean, moralean eta
espiritualean aplikatzen badugu, arrakastaren definizio osoa
.eta zabala izango dugu

* * *

Hemen, mundu mugatu honetan, luzera, zabalera eta
dentsitatea hautematen ditugu, baina badago beste maila
bat non dimentsioak ez diren existitzen; dena da argi eta
gardena — dena da kontzientzia eta pertzepzioa. Dastamen
zetzua pertzepzioa da, usaimena bezala. Gure
sentimenduak, pentsamenduak eta gorputzak kontzientzia
egoerak dira. Ametsetan ikusi, entzun, usaindu, dastatu eta
ukitu dezakegun bezala, maila altuago horretan ere,
sentsazio horiek guztiak kontzientzia hutsaren bidez bizi
.ditugu

* * *

Jauna, zoriontsu egin gaitzazu zure hurbiltasuna
sentituz, askatu gaitzazu desioen kateetatik eta eman
iezaguzu bizitzako esperientziek eta gertaera aldakorrek
.eragiten ez duten barne-poza

* * *

Gure adimenak pertzepzio altuagoekin bat datozenean,
kontzientzia espirituala esnatzen da gure baitan eta
jainkozko jakinduria eta maitasunaren mirari harrigarriak bizi
.ditugu

* * *

Jainkoa guztiz maite badugu eta gure pentsamendu eta
bihotz guztiekin Harengana jotzen badugu, hurbil sentituko
gara Harengandik eta bizitzako segurtasun babesleku
.handiena dela ikusiko dugu

* * *

Itxuraz hutsik dagoen espazio zabal eta zabalean,
unibertsoko gauza bizidun eta bizigabe guztiekin batzen
gaituen lotura kosmiko bat eta betiereko bizitza bat dago:
existentzia guztian zehar doan bizitza gorenaren olatu bat.
Betikotasuna da gure benetako etxea eta bizileku iraunkorra,
eta gorputz hauetan dugun existentzia aldi baterakoa da,
basamortuan zehar bidaiatzen ari den karabana baten
.atsedenaldi labur bat bezala

* * *

Espirituaren indar sortzaileekin lerrokatzen garenean,
gure arazoak gidatu eta konpontzeko gai den gogo
unibertsal eta infinituarekin konektatuko gara. Sormen-
indarra gure izatearen iturririk handienetik etenik gabe
isuriko zaigu, gure jardueraren edozein arlotan arrakasta
.sortzailea lortzeko aukera emanaz

* * *

Maitasuna hazten eta loratzen da konfiantza, tolerantzia
eta elkarrekiko errespetuzko giro batean

* * *

Bedeinka gaitzazu, Jauna, pentsamendu garbien eta
ohitura onen argiarekin, ohitura txarren eta pentsamendu
desbideratuen iluntasuna hurbiltzen bazaigu, berehala uxatu
dadin. Eta lagundu iezaguzu Zu maitatzen hain maitasun
sakon batekin, non ez ilusio materialek ez munduko
tentazioek ez gaituzten harrapatu edo gure gogoak eta
.bihotzak harrapatu

* * *

Erraz lortzen diren gauzak gutxitan dira baliotsuak.
Badakigu hori gizon-emakume handien bizitzak aztertuz eta
nola bihurtu ziren handi beren talentuak garatuz, beren
betebeharrak betez, beren balio moralak eraikiz, beren
ikasketa sakonekin eta berekoikeria saihestuz. Lortu zituzten
emaitzak eta lortutako lorpenak neurrigabe handiagoak izan
.ziren egindako ahaleginak baino

* * *

Benetako askatasuna jakinduriak gidatutako eta
ulermenak, zuzentasunak eta borondate irmoak babestutako
.aukera askatasunean datza

* * *

Zure borondatea, determinazioa eta bereizketa
kontzientea esnatzen dituzunean, indar ikusezinak askatzen
dira goi-kontzientziatik —arimaren ikuspegiaren bidez—
laguntzeko eta erosotasun psikologikora eta zoriontasunera
.daramaten bideak argitzeko, Jainkoaren laguntzarekin

* * *

Pertsonak bere ahaleginaren bidez ireki behar ditu
arimaren ubideak. Inork ez du borondatez aukeratzen
sufrimendua eta miseria bakearen eta zoriontasunaren
gainetik. Ezjakintasuna da sufrimenduaren erroa eta kendu
eta ezabatu beharreko oztopoa. Ezjakintasuna da belar txar
kaltegarria, sakonki errotua, gizateriaren lorategian hazten
dena, landare on eta onuragarriak baztertuz. Ezjakintasuna
borondate irmoarekin eta erabaki irmoarekin gainditu behar
da. Gogoaren lurra arreta mental zehatzarekin landu behar

da [positiboan] eta hazi onak fedearen urarekin ureztatu.

Maitasunaren izpi bizi eta beroek distiratzten dutenean,
ontasunaren hazia haziko da eta belar txar eta parasitoak
gaindituko ditu, iluntasuna ezin baita existitu argiaren
.aurrean

* * *

Gauza materialen plazerrak lausotu eta desagertzen
dira, baina jainkozko poza ez da inoiz itzaltzen. Amaigabeko
.eta deskribaezina den jainkozko zoriontasuna da

* * *

Ezin ditugu inoiz metodo okerrak erabili zoriontasuna
lortzeko, ezta barruan dugun bakea eta aberastasun
espirituala alde batera utzi behar ekintza eta portaera
infernalek ondorio suntsitzaileak dituzten erosotasun
.ilusorioaren eta bizitza distiratsu baten bila

* * *

Bakea da jainkozko presentzia harrapatzeko kamerarik
onena. Lasaitasun puru eta zehatzaren lentearen bidez, irudi
.bedeinkatua argitasun perfektuarekin agertuko da

* * *

Izan ere, jakinduria guztia zure baitan dago eta behar
.duzun guztia horren kontziente izatea da

* * *

Pozik egotea norbere hobekuntzan datza, beraz,
besteek zu bila zaitzakete zuk haiek bilatu beharrean.

Maitasuna eta adiskidetasuna itxaropenik edo eskaerarik
gabe eman behar dira trukean, itxaropenak erresumina eta
mingostasuna sortzen baititu. Norbere hobekuntzaren bila
ahalegindu arren, bakarrik, seguru eta bakean egon behar
.da norberaren bertuteen eta autoestimuaeren gotorlekuan

* * *

Poztasun eta baikortasun ur-jauziak isuri daitezela beti
nire bihotzetik, eta haien zipriztin freskagarriak uki ditzala
.ezagutzen ditudan guztiak

* * *

Poztasun espiritualak ariman sortzen du besteak modu
guztietan laguntzeko nahia, eta zoriontasunera eramaten
duten plazer moral finduak estimatzeko gaitasuna garatzen
.du, horrela plazer zakarretarako joera murriztuz

* * *

Zure rola txikia izan arren, rol handienak bezain
garrantzitsua izaten jarraitzen du arimek bizitzako
eszenatokian egiten duten antzezlan kosmikoaren
.arrakastan laguntzeko orduan

* * *

Kontzientzia unibertsala kontzientzia absolutua eta
infinetua da, etengabe berritzen ari dena eta bere sormenean
agortezina dena, eta zure bidez bere alderdi berezi bat
.adierazten saiatzen da

* * *

Jainkozko maitasuna behin bakarrik dastatzen baduzu
ere, ez diozu inoiz amore emango, unibertso osoan ez
.baitago parekorik

* * *

Jainkoa ezagutzen dutenek oso aurrerapen espiritualeko
mailara iritsi dira, non ez diren konformatzen bekatariei
aholku espiritualak eskaintzearekin, baizik eta -Jainkoaren
grazia eta laguntzarekin- botere espirituala eman
.diezaiekete beren bekatuen ondorioetatik askatzeko

* * *

Ekintza on eta gaizto guztiak garuneko zelulen barruan
daude eta ohitura edo joera birtutetsu edo gaizto gisa
agertzen dira pentsamenduan. Ohitura osasungaitzak dituen
pertsona batek, ohitura horien botereaz kargatuta
dagoelako, bere garuneko zelulak ohitura horien bidez
askatu daiteke borondatearen, meditazioaren, otoitz
zintzoaren eta etengabeko baieztapen positiboen bidez, bere
ohitura desegoki guztiak bake eta lasaitasun ohitura
birtutetsu bihurtu arte. Hori gertatzen da behar bezala
zuzendutako bizi-indarrak garuneko zelulen izaera anormala

aldatzeko lan egiten duenean, zelula horiek on, birtutetsu
.eta eder den guztiaz bete daitezen

* * *

Ulermena barne begia da, arimaren ikuspegia eta
bihotzaren teleskopioa. Gogoaren lasaitasunaren eta
.kontzientziaren garbitasunaren arteko oreka da

* * *

Egunero eszena desberdinak ikusten ditugu, eta
egunero ikasgai berri bat dakar ikasteko. Pertsona batek
ikasgaia bere existentziaren azken helburuan zentratuz
ikastea espero da: bere izatearen iturria eta bere bizitzaren
.oinarria aitortzea

Iraganeko atsekabeak ahazten ahalegindu gaitzen eta
ez dezagun horietan gehiegi pentsatzen utzi. Irmoki erabaki
eta borondate aktiboz, berritu ditzagun gure bizitzak, hobetu
ditzagun gure arrakastak eta landu ditzagun ohitura onak
.eta ezaugarri nobleak

Jainkoa da nire indarra eta ez dut beste indarrik sinesten
Bizitzako guduak borrokatu eta amaierara arte eutsi,
inoiz ez amore emanez. Ez esan inoiz: "Ezin dut bidea
aurkitu, beraz, saiatzeari utziko diot". Eskatu laguntza
akatsak egin badituzu, baina ez utzi inoiz saiatzeari. Askok
porrota onartzen dute oztopoak aurkitzen dituztenean. Huts
egiten dutenek arrakasta duten jendearekin elkartu behar
dute, ez porrot egin dutenekin. Izan zaitez erabakita
.arrakasta izateko; izan dadila hori zure bizitzako filosofia
Egunero gure indar fisikoa indartu, gure indar mentala

handitu eta gure benetako nia ezagutu behar dugu
meditazioaren, pentsamendu sendoaren eta gorputzari,
adimenari eta espirituari batera mesede egiten dion lan
.positibo eta emankorraren bidez

Ohitura on bat ezarri edo txar bat hautsi nahi duzunean,
ohitura desberdinen mekanismoak dauden garuneko
zeluletan zentratu. Ohitura on bat ezartzeko, lehenik eta
.behin lasai eseri eta meditatu, jainkozko gidaritza bilatuz

Zentratu zure burua kopetan, bekainen artean, dagoen
borondate-zentroan eta berretsi irmoki garunean txertatu
nahi duzun ohitura. Ohitura txarrak ezabatu nahi dituzunean,
zentratu zure arreta borondate-zentroan ere eta baieztatu
irmoki ohitura horiek errotuta dauden zirrikitu guztiak
.ezabatzen ari direla
Fokuarekin eta borondatearekin, ohitura zahar errotuen
.ildo sakonenak ere ezabatu ditzakezu

Berretsi zeure buruari behin eta berriz ohitura
osasungaitzak zure garunetik kentzeko borondate-indarra
duzula. Baieztapen horretarako unerik onena goizaldea da,
zure borondate-indarra eta fokua gorenean daudenean.
Jarraitu zeure buruari baieztatzen agindu guztietatik libre
zaudela, eta egunen batean ikusiko duzu —Jainkoaren
.laguntzarekin— hautsi nahi duzun ohituratik askatu zarela

Beldur zaren edozer gauza, uxatu zure
pentsamenduetatik eta utzi Jainkoari. Sendotu Jainkoarengan
duzun fedea eta fidatu zaitez laguntzeko gai dela, eta jakin
.ezazu sufrimendu asko kezkatik eta antsietatetik datorrela
Zergatik sufritu behar duzu orain, beldur zaren gauza
oraindik gertatu ez denean? Gure asaldura gehienak
beldurretik datoz, beldurra gure bizitzetatik kentzen badugu
.libre sentituko gara eta sendatzea berehalakoa izango da

Gauero, oheratu aurretik, baieztatu zeure buruari
Jainkoa zurekin dagoela, babesten eta zaintzen zaituela.
Irudikatu bere argi babeslea alde guztietatik inguratzen
.zaituela, eta bere babes zoragarria sentituko duzu
Kosmikazko antzezlan honetan, arraza guztietako
gizakiek bizitzaren drama antzezten dute denboraren
.eszenatokian

Bizitzaren esanahia ulertu behar dugu, gure aldi
baterako rolekin gehiegi kezkatu edo horietan gehiegi

zentratu gabe. Bizitzaren ulermena askotan desitxuratuta
eta okerra da, berekoikeriaren eta ikuspegi mugatuaren
begietatik ikusten baitugu; espirituaren begiekin begiratuko
bagenu, gauzak ikuspuntu guztiz desberdin batetik ikusiko
.genituzke

Jakinduriaren begia irekitzen dugunean, Jainkoaren argi
osoa ikusten dugu, eta argi horretan gure izaera espiritual
hautematen dugu, unibertsoaren partikula eta atal guztiak
zeharkatzen dituen kontzientzia unibertsalaren izaeraren isla
.dena

Egia espiritualek inguratzen gaituzte, gure begi itxien
ateetan jokatzen dute, iluntasunaren ordeztarzia argia ikustera
animatzen gaituzte, ezjakintasunaren ordeztarzia jakinduriatza
jokatzera, gorrotoaren ordeztarzia maitasunez gure bihotzak
betetzera eta bakea ezartzeko eta ugaritasuna eta
segurtasuna gure mundura ekartzeko lankidetzan aritzera.

Hori egiten dugunean, ezjakintasuna desagertuko da,
munduko desberdintasunak desagertuko dira, batasuna
ikusiko dugu aniztasunean eta jainkoetza nahiarekin
.harmonianago egongo gara

Jainkoarekiko dugun harremana ez da hotza edo
maitasunik gabekoa, enplegatzaile baten eta langile baten
artekoa bezalakoa. Bere seme-alabak gara, eta etengabeko
ardura du gurekin; beti entzuten gaitu. Bere izatearen parte
gara, eta Harekin dugun harremana bizirik eta bizia da.

Maitasun, ulermen, ikuspegi, borondate on eta indar
espiritual agortezin bat eman digu, baina gehienok
.aberastasun hori alferrik galdu dugu

Jainkoak segurtasunean, bakean eta lankidetzatza
atseginean bizitzea nahi du, familia noble eta maitekor
bateko kideei dagokien bezala, baina gutizia eta kalkulu
berekoiak ernetu eta errotu dira jendearen arimetan eta
.zatiketa eragin dute familiaren artean

Jainkoak nagusi izatea nahi du, baina guk esklabo izatea
aukeratu dugu. Gizateria bere zeruko etxetik urundu da eta

Jainkoarengandik hurbil eta Jainkoa guregandik hurbil
sentitzearen barne-paradisua galdu du, eta ezingo du
paradisu hori berreskuratu ahalegin pertsonalik gabe.
Jainkoak bere irudian sortu gintuen, baina egia hau gure
.burutik ihes egin du

Gure patua zailtasunak eta gure patua suntsipena direla
dioen ilusioari amore eman diogu, eta ilusioaren beloa
jakinduriaren sastakaiarekin urratu behar dugu beloaren
.atzean dagoen egia distiratsua ikusteko
Jainkoak zoriontasunez bedeinkatu nau nire bizitzako
urte luze hauetan zehar. Jendeak nire aurpegian poztasun
irribarrea ikusten duen ala ez, jainkozko poza beti dago
nirekin eta ez nau inoiz uzten. Zoriontasun ibai handia
etengabe isurtzen da nire kontzientziaren hondarren azpian
eta iturburu bedeinkatu gisa lehertzen da, nire bizitzako
.lorategiak ureztatzen dituztenak

Ez bizitzaren bat-bateko gorabeherak ezin didate bakea
asaldatu, ezta heriotzaren mamuak ere sentitzen dudan
.zoriontasun espirituala kendu

Zaila izan zen egoera hori iraunkor eta aldaezina
bihurtzea, baina orain gozatzen ditudan eta besteekin
partekatzen ditudan espirituaren fruituek merezi izan zuten
.egindako ahalegin guztia

Jainkozko espirituak gidatuta pentsatzen eta jokatzeko
dut. Dirua ez da inoiz nire bizitzako helburua izan, baizik eta
gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzea. Horregatik,
Jainkoak ontasunaren ate asko ireki dizkit neure burua
mantentzeko eta nire misioa betetzeko. Eta laguntza behar
.dudanean, Jainkoak berehala ematen dit
Nire nahi bakarra zuri zerbitzatzea da, eta horregatik
nago hemen

Jainkoaren boterea zuen bizitzetan ere lanean ari da.
Egia hau zeuen kabuz biziko duzue zuen fedea sendotzen
denean eta benetako aberastasuna ez datorrela arrakasta

materialetik, baizik eta Ahalguztidunarengandik konturatzen
.zarenean

Jainkoarekin igarotzen duzun une oro zure onurarako
izango da, eta maitasunez eta Jainkoa atsegin emateko
lortzen duzun guztia betikotasuneko erregistroan idatzita
.geratuko da zuretzat

Erretiratu zure pentsamendu sakonen bakardadean eta
gozatu isiltasunaren iturritik datorren bakeaz
Ekintza onak ereiten baditugu, poza eta bedeinkapenak
jasotzen ditugu, eta ekintza txarrak ereiten baditugu, krisi
.eta arazo mota eta maila desberdinak jasotzen ditugu
Ekintza on oro pikotxa bat bezalakoa da, zeinarekin
kontzientziaren lurzoruan zulatzen dugun jainkozko pozaren
.iturria aurkitzeko

Ikasi introspekzioaren eta esplorazioaren itsasoan
murgiltzen, liburu onekin, sinesmenekin, arazoekin,
filosofiarekin edo barne-pozarekin lotuta izan, aitortuz
[kontenplaziozko] bakardade arrunta benetako
.zoriontasunaren prezioa dela

Bizitza aurreikusezina, kapritxosoa eta misteriotsu
samarra dirudien arren, zalantzaz eta arazo eta asaldura
mota guztiez betea, Jainkoaren etengabeko babespean
gaude. Ez dugu gauzak gehiegi handitu behar edo
lasaitasuna galdu gertaeren aurrean, izua gainditzeko uzten
badiogu, gaizkiari boterea ematen diogulako eta haren
sustraiak sakontzen ditugulako, beldurraren eta
.antsietatearen lurzoruan hazten eta loratzen direnak
Galde iezaiozu zeure buruari gauero: Zenbat denbora
eman duzu Jainkoarekin, zenbat hausnartu duzu, zenbat
lortu duzu, zenbat egin duzu besteentzat eta zenbat
?kontrolatu dituzu zure desioak

Ez genuke espero behar bizitzako probetan zoriontasun
eta bake iraunkorra aurkitzea; aitzitik, geure baitan bilatu
eta aurkitu behar ditugu. Gero, edozein esperientzia bizi izan
arren, beste norbaiten esperientziak film batean ikusten

ditugun modu berean egingo diegu aurre, atseginak edo
.mingarriak izan

Pertsona batek bere esperientzia guztiak mingarri eta
tamalgarri bihur ditzake bere buruari hori egiten uzten
badio. Osasun onez gozatu dezakete, baina haren balioa ez
dute estimatzen. Baina gaixotzen badira, apaldu eta
ongizatearen bedeinkapena eskertuko dute. Jainkoaren
faborea aitortu eta ematen dizkigun bedeinkapenengatik
eskerrak eman behar dizkiogu, egoera kaltegarrien zain
egon gabe, esker oneko sentimenduak izan eta haren grazia
.aitortu arte

Bizitzak hausnarketa eta ekintza nahasketa bat izan
beharko luke. Pertsona batek bere oreka psikologikoa
galtzen duenean, kezka, atsekabearen hodei eta minaren
atsekabeen aurrean zaurgarri bihurtzen da. Eta osasunaren,
oparotasunaren eta jakinduriaren legeak hausten saiatzen
bada, ezinbestean gaixotasuna, pobrezia eta ezjakintasuna
.jasango ditu

Gure asmoak garbi mantendu behar ditugu, gure
motiboak garbi, eta lasaitasuna ekartzen diguten moduan
jokatu, eta ez utzi bizitzako egoerek gure bakea asaldatzen
.eta gure zoriontasuna suntsitzen

Bihotz tristeek eta pentsamendu hautsiek erakartzen
naute, urrun egon arren

Zabaldu zure maitasun erreinu distiratsuaren mugak
pixkanaka zure familia, zure bizilagunak, zure komunitatea,
zure herrialdea eta kontziente diren herrialde eta izaki
.guztiak barne hartzeko

Gure adimena indartu behar dugu, eta urteetan eta
belaunaldietan zehar heredatutako ahultasun intelektual eta
moralaren zama baztertu. Ezpurutasun horiek erre egin
behar dira erabaki berrituaren eta ekintza emankorraren
sutan. Ikuspegi eraikitzaile honekin, benetan

konprometitutako norbanakoak askapenaren eta
.askatasunaren horizonteetara irits daiteke
Aktibatu zure barneko botere infinitua, bizitzako
.eszenatokian zure rol ospetsua bete ahal izateko
Pertsona batek Jainkoa ez den beste edozer gauza
gurtzen hasten den bezain laster, zorigaiztoa bihurtzen da
haren patua. Gauza hauetan arreta guztia jartzen dutenek,
egia esan, gurtzen dituzte, eta, beraz, ez dira
Jainkoarengana hurbiltzen, baizik eta Harengandik urruntzen
dira. Baina Jainkoa kontenplatzen dutenek, Harengan
hausnartzen dutenek eta Harekin bihotzean elkartzen
direnek Harengana hurbiltzen dira eta barne-poza bizi dute
.Harekin duten isiltasun-komunioan
Jainkoa bakarrik da gai gizakien ametsak eta
zoriontasun iraunkorrerako itxaropenak betetzeko. Beraz, ez
.da ezerk Jainkoaren lekua hartu behar bihotzean
Badira bilatzaileari Jainkoa gogoratzen eta Harengana
hurbiltzen lagun diezaioketen sinbolo sakratuak. Hala ere,
pertsona batek sinbolo hauek gurtzen hasten bada, kalteak
onura handiagoa izango du. Gurtza Jainkoari bakarrik
.zuzendu behar zaio, beste ezer ez baita gurtza merezi
Errituzko gurtzaren izaera edozein dela ere, Jainkoak
onargarria da, baldin eta gurtzaileak kontzientzia
espiritualarekin eta Harekiko irrikaz egiten badu. Hala ere,
jende askok ez du gurtzaren funtsa ulertzen, eta haien
pentsamenduak eta bihotzak Jainkoagandik erritualetara
desbideratzen dira, eta, beraz, ez dute etekin handirik
.ateratzen gurtzatik
Benetako gurtzaileek ez dute beren kontzientzia irudi
edo forma batera mugatzen uzten, baizik eta maitasun
sakonenarekin eta arreta osoz irudi eta forma guztien atzean
.dagoen jainkozko espirituan zentratzen dira
Jainkoa absolutua eta infinitua da, eta ez dago irudi edo
.estatuari hura edukitzeko gai denik

Esan daiteke Jainkoa zinez maite duen eta berarekin harmonian dagoen ororengan agertzen dela, nonahi baitago eta, beraz, guztiengan. Hala ere, ez du edonork jainkozko presentzia adierazteko gaitasuna. Eguzkiak berdin distira egiten die ikatzari eta diamanteari, baina diamanteak .eguzki-argia jasotzen eta islatzen du, ikatzak, berriz, ezin du Era berean, pertsona guztiak Jainkoaren argitan murgilduta daude, baina gutxi batzuk baino ez dira gai argi hori jasotzeko eta beren pentsamenduetan eta ekintzetan islatzeko. Horretarako, meditazioaren bidez eta jainkozko irakaspen eta aginduak jarraituz garbitu behar dute beren .burua

Jainkoaren izena ahoskatzen dugunean, sakon eta zintzoki kontziente izan behar dugu esaten ari garenaz.

Otoitzean jendearen pentsamenduak ikusi ahal izango bazenitu, ikusiko zenuke gehienek Jainkoa ez den guztia pentsatzen dutela, nahiz eta haren izena ahoskatu! Otoitz .hori alferrikakoa eta baliogabea da

Otoitz egiten dugunean, gure gogo osoa Jainkoarengan zentratzen saiatu behar dugu, haren izen bedeinkatua errepikatu eta gure pentsamenduak noraezean dabiltzan bitartean. Nire izeba batek bere otoitzak aleetan errezitatzen zituen, eta gutxitan izaten zituen eskuetatik kanpo. Baina egun batean aitortu zidan berrogei urtez otoitz ohitura hori praktikatu arren, Jainkoak ez zituela bere otoitzak erantzun. Ez da harritzekoa! Bere "otoitzak" urduri jartzen ziren ohitura .bat baino ez ziren

Otoitz egiten dugunean, Jainkoagan bakarrik pentsatu behar dugu Gure gurtzan zintzoak eta gure erreguetan debotoak izaten ahalegindu behar dugu Otoitz-aleak erabiltzea eta Jainkoaren izena etengabe deitzea guztiz onargarria da praktika bihotzetik datorrenean eta zintzotasunak eta gogo fokatuak babesten dutenean Hala .ere, praktika hau automatiko bihur daiteke denborarekin

Jainkoaren izena gure bihotzetan xuxurlatu behar dugu,
irrikaz eta jainkozko maitasunez; hau da Jainkoaren bihotza
ukitzen duen benetako gurtza. Jainkoaren izena hotz eta
gogo galduarekin ahoskatzea blasfemia eta errespetu falta
da. Otoitz egiten dugunean, bihotza eta adimena Jainkoaren
.maitasunez bete behar dira

Jauna, zu zara jainkozko Ipar Izarra, zeinak nire
pentsamendu ibiltariak gidatzen dituen proba eta
.atsekabeen itsaso nahasian

Yoga ariketa altuagoen bidez gogoaren kontzentrazioa
praktikatzeak Jainkoarengana hurbiltzen laguntzen du,
distira eta aintzaren iturri gorena dena, Jainkoaz pentsatzeak
.eta harekin komunikatzeak laguntzen duen bezala

Ezinbestekoa da astean egun bat erretiro espiritualari
eskaintzea (ahal bada), Jainkoaren kontenplazioa egiteko eta
lasaitasuna, bakea eta barne-bakea bizitzeko. Horrela
igarotako denborak balsamo lasaigarria izango da aste
.osoan zehar izango dituzun arazo eta antsietateetarako
Guztiok behar dugu astean egun bat bakardadean edo
"erretiro espiritual" batean igarotzea, zauri eta min
emozionalak sendatzeko. Egun hori bake, poza eta
asebetetze egun bihurtzen denean, irrikaz itxarongo duzu
.astetik aстера

Bakardadea handitasunaren prezioa da. Harrituta
geratuko zara erretiro espiritual honen eta zure
espirituarekin eta Jainkoarekin loturaren bidez zure
gogoarentzat, gorputzarentzat eta arimarentzat lortuko diren
emaitza zoragarriekin. Benetako zoriontasuna bilatzen
baduzu, jainkozko bakearen ozeanoan murgildu behar duzu
goizean goiz esnatzean, eta baita gauez lotara joan aurretik
.ere

Indiako jakintsuek ez dute egun bakarti bat bakarrik
gomendatzen, baizik eta egunero lau une zehatzetan
meditazio isila egiteko beharra azpimarratzen dute.
Egunsentian, jaiki eta inor ikusi aurretik, lasaitasunaz eta

bake sentsazioaz gozatu behar da. Eguerdian, bazkaldu aurretik gogoa baretu behar da, eta berriro ere bake aldi batez gozatu afaldu aurretik. Azkenik, gauean oheratu .aurretik, berriro bake egoeran sartu behar da Bakardadean eta eguneroko lau aldi hauetan zehar isiltasuna arduraz betetzen dutenek Jainkoarekin harmonia bizitzera behartuta daude. Aldi horiek guztiak bete ezin dituztenek gutxienez goizeko eta arratsaldeko orduak eskaini beharko lituzkete horri. Horrela eginez gero, beren bizitzak hobera eraldatuko dira eta benetako zoriontasuna .biziko dute; esperientzia da frogarik onena

Zure banku-kontua estaltzeko adina diru sartu gabe txekeak idazten eta sinatzen jarraitzen baduzu, zure dirua agortuko da. Gauza bera gertatzen da zure bizitzarekin. Zure bizitzako kontuan bakearen gordailu erregularrik gabe, zure energia agortu egingo da, zure lasaitasuna desagertuko da eta zure zoriontasuna lurrundu egingo da. Laburbilduz, azkenean porrot emozionala, mentala, fisikoa eta espirituala jasango duzu. Baina Jainkoarenganako eguneroko meditazio .sakonak zure kontu emozionala beteko du

Bilatzaile debotoak egunero meditatzen du, Jainkoarekin elkartuz bihotzeko maitasun eta irrika guztiarekin, bere burua agertzeko erregutuz. Jainkoaren maitale bazara eta haren presentzia bizi nahi baduzu, zure gogoa eta gorputza haren bakean murgildu behar dituzu, eta bizitzak irribarre .egingo dizu, eta zure gauzak modu askotan hobetuko dira

Pertsona lasai batek gutxitan egiten du akatsik, eta beste milaka huts egiten duten lekuetan arrakasta lortzen .du

Jainkoaz pentsatzen ez dutenak edo berataz arduratzen ez direnak deprimitu eta zorigaiztoko bihurtzen dira. .Suminkor bihurtzen dira eta ibiltzeko makina bihurtzen dira Jakinduriaren eta bakearen eguzkia lasaitasunaren zeruan aterako da eta zure izatea bere izpi sendagarrietan

bainatuko du, ahalegin espiritualala egiten baduzu eta zure
.bihotzean Jainkoari lehen lekua ematen badiozu
Ilargi bakar batek izar guztiak baino distira handiagoa
egiten du. Txikia dirudien eguzkiak, bere burua baino
milioika aldiz handiagoa den eremu batetik iluntasuna
uxatzen du. Era berean, pertsona on batek, munduan
egoteagatik soilik, pertsona gaiztoek igorritako bibrazio asko
konpentsatzen eta neutralizatzen dituzten bibrazioak
.igortzen ditu

Hausnarketa eguna atsedeen fisiko eta mentalaren eguna
eta barne bakea lantzeko eguna ere izan beharko litzateke.
Jakinduria eta bakea ematen duen edozein jardura
.bedeinkatua da egun horretan

Gurasoak ohoratzeari dagokionez, liburu santuek
gomendatu dute ondo tratatzea: "Ohoratu zure aita eta
."ama" eta "Izan zaitez jator gurasoekin
Giza gurasoak Jainkoaren ordezkari gisa ohoratu behar
dira, gizateria sortzeko dohaina eman baitzien. Ama
Jainkoaren maitasun garbiaren irudikapena da, ama
maitekor batek barkatzen baitu inork barkatzen ez duen
lekuan. Aita Jainkoaren jakinduriaren adierazpena eta bere
.seme-alaben babeslea da

Ez da aita eta ama maitatu behar Jainkoagandik aparte,
baizik eta haren maitasun babesle eta jakintsuaren
adierazpen gisa. Jainkozko espiritu gorena aita eta ama
bihurtzen da haurrari laguntzeko; beraz, gurasoengan
.ohoratu behar da

Eskriturek ere ez digute aholkatzen hiltzeagatik hiltzea,
orduan hiltzaile bihurtzen baita. Pertsona batek ez luke beste
baten bizitza kendu behar emozio biziko une batean. Hala
ere, maite dituzunak mehatxatuta badaude, Jainkoak haiei
eman dizkienak babesteko borrokatu behar da, norberaren
.familia eta herrialdea defendatzea betebeharrak sakratua baita
Adulterioaren debekuari dagokionez, sexu-batasunaren
helburu ideala Jainkoaren irudian sortutako seme-alabak

sortzea eta elkarrengan Jainkoa ikusten duten ezkontideek sentitzen duten maitasun garbiaren adierazpena izan beharko litzateke. Benetako maitasunari edo sexu-desira sortu zen helburu gorenari inolako erreparatu gabe, maila fisikoan soilik bizi direnek adulterioa egiten dute agindu honen arabera. Kasu honetan, ez dira desberdinak beren sexu-gogoak ase eta gero beren bidetik joaten diren .animalietatik

Jainkoak bulkada sortzaile hau sortu zuen gizon-emakumeengan, benetako elkarrekiko maitasuna ugaltzeko eta ezkontza-bizitzan adierazteko, eta ez da bestela gaizki erabili behar, baizik eta jarduera eta ezagutza sakratu .bihurtu

Zure izatearen barruan sexu-indarra kontrolatu eta banatzen baduzu, gaitasun mental handiak garatu ahal izango dituzu idazteko, marrazteko edo beste hainbat .modutan talentu ezkutak agerian uzteko

Eta azkenean jarduera sortzailea kontrolatu eta espiritualki eraldatzeko gai zarenean, bake handia, maitasun .handia eta gero eta poz espiritual handiagoa biziko dituzu Beren sexu-jarduera espiritualki eraldatu duten santuak eta lider espiritualak munduan eta egiaren bilaketa esoterikoan balentria harrigarri eta harrigarriak egiteko gai .diren erraldoiak dira

Beraz, sexu-bulkadaren erabilera gorena bere boterea igotzea da, hau da, bere energia helburu handiago baterantz bideratzea, jakinduria, ideal altuak eta printzipio espiritualak agertzeko. Ez litzateke sexu-pentsamenduetatik plazerrik atera behar edo debekatuta dagoena desiratu. Autokontrol mota hau lortzen denean, ikuspegi sendoa izango da sexu- .harremanei eta haren helburu handiagoei buruz

Sexu-gaien esklabo izateak osasuna, autokontrola eta bake intelektuala galtzea esan nahi du, eta, laburbilduz, .pertsona batek behar dituen zoriontasun-elementu guztiak

Liburu santuek ere ez lapurtzera animatzen gaituzte. Mila pertsonako talde batek elkarri lapurtuko balio, bakoitzak 999 etsai izango lituzke. Beraz, ezin da besteen eskubideak urratu, ezta haien lurrak, bakea, maitasuna, duintasuna edo haien ondasun material edo espiritualak bahitu ere. Zurea ez dena hartzeko gogorik ez baduzu, behar edo nahi duzuna etorriko zaizu. Lapurreta lehenik buruan sortzen da, pertsona batek besteen inbidia izaten hasten denean. Desira gaiztoen haziak burutik errotik atera behar dira. Altruismo espiritualak da bidea. Orduan, pertsona batek naturalki erakarriko du ugaritasuna, eta bedeinkazioak etorriko zaizkio ezagutzen dituen iturrietatik eta ezagutzen ez dituen iturrietatik. Hau jainkoen lege hutsezina da. Lapurrei eta pertsona berekoiei dagokienez, bizitza ondasun materialen atzetik igarotzen dute, begiak beti besteengan jarrita, nahiz eta beren kuxkak .urrez gainezka egon

Egoismo materiala alde batera uzten ez bada, munduak ezin du zoriontasuna ezagutu

Zoriontasuna lankidetzaren bidez bakarrik dator. Pertsona batek besteen beharrak bereak balira bezala sentitzen dituenetan eta besteentzat lan egiten duenean bere .buruarentzat lan egiten duen bezala

Beste agindu garrantzitsu bat da lekukotasun faltsurik ez ematea. Egia desitxuratuz norbaiti kalte egitea gizarte-harmonia ahultzeko beste modu bat da. Ondo tratatua izan nahi badugu, besteak horren arabera tratatu behar ditugu. Egia beti esan behar da, baina bereizketa egin behar da egia esatearen eta gertaerak soilik esatearen artean. Norbait herren edo itsu gisa aipatzea mingarria eta kaltegarria da; kontuan izan behar dira besteen sentimenduak eta lotsarazi saihestu. Era berean, helburu noblerik gabe norbait traizionatuko lukeen egia bat agerian uztea ere okerra da. Bestalde, ez da gezurrik esan behar egia ez esateko; aitzitik, isildu egin daiteke egoera batzuetan, besteak lotsarazi edo .kaltetu ez daitezen

Kontuz ibili behar da inbidiaz, arimaren bakea jaten
duen gaixotasun suntsitzaile batez. Zenbat eta gehiago
irrikatu besteena dena, orduan eta handiagoa bihurtzen da
norberaren atsekabea eta miseria. Inbidia duen pertsonak
bizitza nahasia du, lasaitasunaren zaporea ezagutu gabe.
Askoz hobe da bere burua errespetatzea, bere buruarengan
.fidatzea eta barne aberastasun espirituala bilatzea
Pertsona baten duintasuna eta berezko balioa askoz
handiagoak dira nahi edo eduki nahi luketen edozer baino.
Jainkoa gizaki guztietan agertzen da, beste inongo gizakitan
agertzen ez den moduan. Haien aurpegia ez da beste inoren
antzekoa, eta haien arima ez da beste inoren antzekoa,
haien baitan baitago sorkuntza osoko altxorrik handiena, eta
.altxorrik handiena Jainkoa da
Gure bizitzak distira eta ekintza onekin loratu daitezen
nahi dugu, poz eta zoriontasunez usaindu daitezen, eta gu
.estimatzen gaituztenen oroimenean betiko bizi daitezen
Pertsona batek fedea zuzena duenean eta horren
arabera jokatzeko duenean, zoriontsuagoa da federik ez
dutenak eta bizitzako borrokan beren betebeharrak betetzen
.ez dituztenak baino
Fede sendoa eta ekintza zuzena (motibo nobleek eta
asmo onek babestuta) beti daude zoriontasuna dagoen leku
guztietan, eta galtzen dira zoriontasuna ez dagoen lekuetan.
Hortik ondoriozta dezakegu zoriontasunerako bi baldintza
ezinbestekoak direla, eta ezin direla lortu horiek gabe.
Zoriontasuna nahi dutenek bi elementu funtsezko hauek
besterik ez dituzte eduki behar, eta hauek dira haren
.oinarriak eta zutabeak
Gizakiek ezin dituzte unibertsoaren osagai infinituak
nahi dutenean kontrolatu, aldatu edo ezabatu. Osagai hauek
giza bizitzaren ehunarekin lotuta daude, eta gizakiek ezin
dute haietatik isolatuta funtzionatu. Hala ere, gizakiek beren

adimena kontrola dezakete osagai horietara egokitze eta
.haiek kalterik ez egiteko

Gure arbasoak gu baino zoriontsuagoak ziren, ez guk
baino gauza eta plazer gehiago zituztelako edo bizitzako
arazoekiko esposizio gutxiago zutelako, baizik eta
erosotasuna, bakea, poztasuna eta, laburbilduz,
.zoriontasuna ematen zien oreka psikologikoa zutelako

Ez ziren kanpoko egoeren menpe beren zoriontasuna
lortzeko, ezta hura lapurtuko zieten kanpoko baldintzen
menpe ere. Erosotasun, bake, zoriontasun eta asebetetze
sentimenduak naturalak, normalak, osasungarriak eta
iraunkorrek ziren. Guk ere sentimendu horiek landu beharko
genituzke zoriontasuna izan nahi badugu. Eta nork ez du
?gure artean

Patua iraganean borondate askearen edo aukera
askatasunaren ariketa baten emaitza da. Iraganean
borondate askearen praktiken bidez, patua eta patua ekarri
ditugu eta ekartzen jarraitzen dugu geure gainera. Hala ere,
ez gaude iraganak mugatuta, ezta gure ekintzen ondorioek
betiko mugatuta ereindakoa desegin eta idatzitakoa ezabatu
dezakegu, hala nahi badugu eta gure bidea zuzentzen eta
.gure uztaren kalitatea hobetzen saiatzen bagara
Ondorio mingarriak dituzten ekintzen haziak
desagerrarazten baditugu eta haien ordeztarimaren
izaerarako egokiagoak diren haziak ereiten baditugu, ziur
aski zoriontasunaren fruituak jasoko ditugu arimaren
lurzoruan ereindako hazi on horietatik. Borondate askea
orain erabili behar dugu, orain eta ez bihar, zoriontasun
handiagoa lortu edo sufrimendua eta mina gutxitu nahi
.badugu

Beraz, zoriontasunerako baldintzak gizakiaren baitan
daude, eta egin behar duen guztia akatsik gabeko ekuazio

horri seriotasunez aurre egitea da, eta emaitzak bere alde
izango dira ebaluazio onena egiten badu eta horri aurre
.egiten badio

Jauna, bete bedi nire izatea zure bizitasunaz, bete bedi
nire bihotza zure presentzia eroso eta errukitsuaz, bete bedi
nire adimena zure jakinduriaz eta bete bedi nire arima zure
.jainkozko kontzientziaz

Zuen bihotzen lurzoruan, maitasunaren haziak hazten
dira. Ureztatu hazi horiek maitasun unibertsalaren eta erruki
.unibertsalaren urarekin

Adimenaren boterea mugagabea da eta, beraz, edozein
gairi buruz nahikoa sakon pentsatzen baduzu, gai horrekin
.lotutako edozein galderaren erantzuna lortuko duzu

Pertsona batek bere lan eta jarduera guztiak besteak
zerbitzatzeko eskaintzen baditu eta gogo-jarrera asebate
batekin burutzen baditu, orduan benetan merezi du kontuan
.hartzea eta esker ona

Ez genuke aldebakarrekoa izan behar. Aitzitik, gure
jarduerak orekatu eta gure lana eta betebeharrak lehenetsi
.behar ditugu, bakoitzaren garrantziaren arabera

Betebeharra pertsona batek pozik egiten duen ekintza
da, eta ez irabazi materialaren bila, eta betebehar espiritual
.eta morala lehenetsi behar dira bizitzan

Gizaki orok ustiatu gabeko potentziala du Beharrezko
indar guztiak ditu Adimena bera botere gorena da, eta
ohitura eta kontzeptu zaharkitu eta mugatzaileetatik askatu
.behar da

Planeta eta izarren eragina gizakien bizitzan planeten
eta giza gorputzen arteko erakarpen eta aldarapen indarren
.ondorioz gertatzen da

Pentsamendu gaiztoek pertsona bat ingurune kaltegarri
batera eramaten dute, non bere nahien arabera adierazi
dezaketen. Hala ere, pertsona batek bere pentsamenduak
eta kontzientzia alda ditzake borondatearen bidez, eta
ondorioz, baita bere ingurunea ere. Pertsona bat ingurune

kaltegarri batean denbora luzez badago, ingurune horrek inkontzienteki eragiten hasten zaio. Denborarekin, ingurune osasuntsu eta osoa aukeratzeko askatasuna erabat galtzen du eta ingurune kaltegarri horren eragin negatiboen menpe geratzen da. Borondate handia dutenak, berriz, Jainkoarekin .harmonian daude

Energia mental kontzentratua

Eguzki-argia lupa baten bidez puntu txiki batera fokatzen duzunean, beroa sortzen du, eta bero horrek egurra, ehuna, papera eta gehiago piztu ditzake. Era berean, zure burua zehatz-mehatz fokatzen duzunean, bere energia kontzentratuak porrot bakoitzaren atzean dauden zalantza-sustraiak erre ditzake eta jakinduriaren argia distiratsuki .distira egiten utzi

Adimena Jainkoarekin lerrokatzen denean, ontasun guztien iturria eta bedeinkatutako botere guztiaren jatorria denarekin, jainkozko presentziaz jabetzen da eta arrakastaren elementu guztiak bereganatzen ditu. Elementu hauek Jainkoaren botere izugarriarekin lotuta daude, edozein .arlotan arrakastarako aukera berriak sortzeko gai dena Arazoak eta zailtasunak pertsona batek bere iraganeko ekintzen kontzientzia eza sortzen dira, une eta leku jakin batean egindakoak. Beren egungo sufrimendua esandako pentsamendu eta ekintzetatik dator, zeinak bere kontzientziaren lurzoruan sustrai hartu baitzituen, landare bihurtu eta pentsamendu eta ekintza horien ezaugarriak .islatzen dituzten fruituak emanaz

Zailtasunak eta atsekabeak ez dira pertsona bat hausteko edo haren borondatea paralizatzeko etortzen, baizik eta Jainkoaren handitasuna estimatzera eta haren legeak errespetatzera, eta horien bidez benetako zoriontasuna lor dezakete. Jainkoak ez ditu proba gogor

hauek bidaltzen, batez ere gizakiak egindakoak direlako.
Gizateriak behar duen guztia bere kontzientzia
axolagabekeriaren lozorrotik esnatzea eta ezjakintasunaren
.iluntasunetik ezagutzaren argira ateratzea da
Gehienetan, gure zentzumenek plazer laburrak agintzen
dizkigute, baina azkenean mina eta sufrimendu luzeak
ekartzen dizkigute. Benetako bertuteak eta zoriontasunak,
ordea, gutxi agintzen dute, baina azkenean poz garbi eta
iraunkorra ematen digute. Horregatik uste dut barneko
zoriontasun iraunkorra benetako poztzat, eta aldi baterako
.plazer sentsualak gozamen hutsak direla

Eguzkia espaziotik milioika kilometrora begiratzen
duzunean, izar erraldoi hori gure Lurra baino askoz txikiagoa
.dirudi

Hala ere, Lurraren diametroa gutxi gorabehera 7.900
miliakoa da, eta Eguzkiaren diametroa, berriz, Lurrarena
baino ehun aldiz handiagoa da. Gure Lurra planeta
Eguzkiaren aurrean jarri ahal izango bagenu, puntu txiki bat
.bezala agertuko litzateke Eguzkiarekin alderatuta
Demagun eguzki-eremu ahaltsua hedatzen eta
zabaltzen ari dela, bere masa izugarriak zeru urdin osoa
irentsi arte. Ikusten dugun zerua unibertso infinitua
zeharkatzen duen espazioaren zati txiki bat besterik ez da,
.puntu txiki bat, hain zuzen ere
Eguzkiak espazioan hedatzen eta mugagabe luzatzen
jarraituko balu ere, ezingo luke infinitua hartu
Txikitasunaren eta finitudearen ilusio kosmikoak
adimena mugatzen eta eragozten du kosmos zabaltasun hori
.hautematea
Nondik dator hutsune absolutu hori, eta non daude bere
?mugak

Dimentsio edo neurrien menpe ez dagoena, mugarik
edo jatorririk ez duena, Jainkoa da, nonahi dagoena eta
espazioaren mutur urrunenetan existitzen dena. Urruneko
izar urrunetan dago. Zure baitan eta nire baitan dagoen
bezala, kontzienteki da hartzen duen espazio oroz, txikia edo
.handia izan arren

Iragana ezezaguna da gizateriaren gehiengoarentzat,
pertsona argitu gutxi batzuk izan ezik. Hala ere, iraganari
buruzko gure ezjakintasuna ere gure alde da. Izan ere,
bizitza honetan eta aurreko bizitzetan egin dugun guztia
jakingo bagenu, gure ekintzen bolumen izugarriak gainezka
egingo gintuzke eta guztiz nahasita geratuko ginateke. Gure
borondatea ere paralizatu egin liteke kolpearen ondorioz,
gure helburuekin jarraitzeko gai ez bihurtuz eta etsipenaren
biktima utziz. Lurreko bizitza honetan ere, ahanztura
Jainkoaren bedeinkapena da, gure pentsamenduak eta
sentimenduak iraganeko oroitzapenek, batez ere mingots
eta mingarriek, kontsumitzea eragozten duena. Zorionez,
gure baitako txinparta jainkotiarrek etengabe distiratzten du
itxaropenarekin eta bizitzaren etengabeko bidaia jarraitzeko
nahiarekin. Jainkoari eskerrak eman behar dizkiogu bi
bedeinkapen hauengatik: iragana ahazteko gaitasuna eta
.etorkizunerako itxaropena

Ez genuke ondorioztatu behar patuak oztopoak jartzen
dizkionik borondate askearen bidean. Hala ere, ahal dugun
guztia egin behar dugu jende gehienak patuari eta patuari
egozten dizkion eragin negatiboek aurre egiteko, eta gure
aukera askatasuna gure barne-sinesmenen arabera erabili,
baldin eta uste horiek fede sendoan oinarrituta badaude eta
jainkozko legeetan oinarrituta badaude, eta horiek gabe
.pertsona batek ezin du benetako zoriontasuna dastatu

Ekintza bati ekiten diogunean, ez gaituzte
zirkunstantzien beldur izan behar, baizik eta baikor izan
behar gara neurri gorenean, borondatea eta aukeratzeko
askatasuna erabiltzearen bidean ezerk ez duela oztopo
.izango fede osoz

Gizakiak ibaiaren gainazalean flotatzen ari den hosto
baten antzekoak dira askotan, eta ilusio eta suntsipen ur-
jauzietara eramaten dituen ohitura automatikoen korrontetik
atera behar dute beren burua. Jende gehienak axolagabe
.dirudi eta korronteak eramaten uzten dio bere buruari

Gure helburua lortzen ez badugu, onargarria da
inplizituki onartzea guk sortutako oztopoak egon direla, eta
horiek lortzea eragotzi digutela. Iraun egin eta ahaleginak
bikoiztu behar ditugu nahi dugun emaitza lortzeko. Ziurtatu
behar dugu, halaber, oztopoak eta erronkak
zenbaterainokoak eta ikaragarriak izan arren, gainditzeko
indarra dugula. Saiakera guztiak egin arren huts egiten
badugu ere, ez dago etsipen edo frustraziorik, baldin eta
ulertzen badugu gizakiaren borondatea patua baino
indartsuagoa dela, eta hori gurea da. Beraz, ez diogu
saiatzeari utzi behar, zenbat aldiz huts egiten dugun kontuan
hartu gabe, beti baitaude ateak irekita. Ahalegindu eta
saiakera errepikatu besterik ez dugu egin behar, arrakasta
lortu arte. Jainkoak lagunduko digu, betiere harengan
konfiantza dugun eta beharrezko ahalegina egiten dugun
bitartean. [Bidetik doana helmugara iritsiko da, eta
.Jainkoarengan konfiantza duena ez da etsita geratuko]

Pertsona batek zerbait biziki eta etengabe desiratzen duenean, desio horrek ez du inoiz bere kontzientziatik alde egiten, noranahi joan eta bere kezkak edozein direla ere. Bere jarduera etengabe eta nekaezinari esker, desio horrek determinazio eta energia izugarria du. Barne-xuxurla hau ezpainak mugitzen dituen erregu mekanikoa baino indartsuagoa eta eraginkorragoa da. Horrela jokatzeko dute Jainkoa maite dutenak. Harekiko maitasuna etengabe xuxurlatzen dute, bihotzeko xuxurlak entzunezinak izanik eguneroko jardueretan zehar. Bihotz-xuxurla honek ez ditu distraitzen edo beste betebeharrekin gatazkan jartzen. Jainkoarenganako desioa hazten den heinean, Harekiko maitasuna sakondu eta areagotu egiten da, harik eta haren presentzia bizi eta arimaren begiarekin haren argia ikusi arte. Poztasun izugarria dastatzen dute eta deskribaezina .den bakea sentitzen dute

Jainkoak bizitzan behar ditugun lezioak bidaltzen dizkigu, horietatik etekina atera eta ulermena eta esperientzia lor ditzagun. Lezio horiek saihesten dituen edonork ikastera behartuta egongo da, zenbat denbora .behar izan arren

Proba oro lagun bat da bertatik ikasten badugu, eta despota tirano bat aukera alferrik galtzen badugu eta gaizki erabiltzen badugu marmarrez, haserrearekin eta epaiketa .txarrez

Bizitzarekiko ulermen sendoa eta jarrera egokia .dugunean, ederra eta konplikaziorik gabekoa bihurtzen da

kasu psikologikoak

Pertsona batek ezin du betiko poz-uhinen gainean eramanda, atsekabearen ur nahasietan murgilduta edo asperduraren sakonean itota egon. Dualtasun gatazkatsuen mundu honetan, pertsona arrunta gorabehera askoren menpe dago: zoriontasun-uhinetan igotzen, apatiaren amildegian hondoratzen eta tristura-uhin bortitzek astintzen .dute, eta gutxitan bizi du beste kontzientzia-egoerarik

Zirkunstantziek norberaren pentsamenduak horrela mugitzea uzteak norberaren borondatea patu kapritxoso eta etengabe aldakor bati uztea esan nahi du. Pertsona batek bizitza arrakastatsu eta betegarria bizitzeko behar duena oreka mentala da, eta hori pentsamendu fokatuaren eta norberaren gaitasun emozionalak kontrolatzearen bidez .bakarrik lor daiteke

Atsekabe sakonenak ere denborarekin sendatzen dira, beraz, ez du zentzurik gure bizitzako egunero doluan murgiltzeak. Maite dugun norbaiten galera etengabe doluak ez digu ez laguntzen ez haiei ez guri, eta ez du ezer aldatzen. Era berean, gutxiagotasun konplexua lantzea edo norbera zigortzea iraganeko akats edo porrotengatik kontraproduktiboa da; bizitza tamalgarriagoa egiten du eta .gaitasun mentalak itotzen ditu

Ez dugu errutina aspergarriaren zuloan erortzen utzi behar, egoera psikologiko hori ez baita batere erosoia,

adimena asaldatzen baitu eta gaitasun ezkutuak apatiaren
.labea erretzen baititu

Porrota sustraiaetik desagerrarazi behar da, eta
bizitzako soroak arduraz eta erabakitasunez goldatu eta
ontasunaren haziak erein behar dira, uzta oparoa jasotzeko,
.Jainkoaren laguntzarekin
Egin inork lehenago egin ez duen zerbait — mundua
harrituko duen zerbait. Erakutsi Jainkoaren sormen-
.ahalmena zure bidez lanean ari dela

Temperamentu lasai eta noblea duten pertsonak gure
pentsamenduak magnetikoak eta osasuntsuak bihurtzen
laguntzen dute. Ez da zaila zehaztea pertsona batek bere
elikadura intelektuala ingurune baketsu edo nahasgarri
batetik hartzen duen. Antsietatea, larritasuna eta
nahasmena pertsona mota okerrak, lagunak edo senideak
izan, elkartzetik sortzen dira, pensamendu antsietatetsuak
.eta umore nahasia eragiten dituztenak

Gorputzak energia eta jarduera elikagai fisikoetatik
lortzen ditu, eta elikagai magnetikoek, berriz, gorputzari eta
adimenari errazago digeritzen diren energia-kargak ematen
dizkiote, energia bizidun bihur ezin daitezkeen elikagai solido
.eta likidoek baino

Ezjakintasuna jakinduria, ahultasuna eta hauskortasuna
osasun eta bizitasun bihurtzeko gai zarenean, eta bizitzako
bideetan konfiantzaz eta ausardiaz ibiltzen zarenean —
bakarrik ere—, eta barne-poza aurkitzen duzunean
kontzientzia bizi eta erne bat edukitzean, eta Jainkoaren

justizian eta zuzenaren eta okerraren gaineko garaipenean
fede sendoa izatean, eta egunero zure pentsamenduak
maila altuago eta finduagoetara igotzen saiatzen zarenean,
eta bihotz maitekor eta esker onekoa eta besteekiko asmo
onak dituzunean, zure elikadura intelektuala magnetiko
bihurtuko da, eta zuregana erakarriko duzu eder eta
onuragarri den guztia —gauzak, pertsonak eta
zirkunstantziak—, segurtasunaren eta babesaren
kostalderantz zure bidaia jarraitzeko ezinbestekoak direnak.
Eta azkenik, behar duzuna lortzeko ahalegina egiten
duzunean eta Jainkoak ematen dizunarekin pozik zaudenean,
espirituz aberatsagoa izango zara eta asebateagoa izango
zara munduko desioek kontsumitzen dituztenak eta haien
.plazer iragankorren irrika dutenak baino

Errukia da arima guztiak beste arimekin lotzen dituen
.zubia. Errukia da bihotz guztietarako atea

Pertsona batek Jainkoa bilatzen duenean, beste guztien
gainetik benetako lagun bakarra baita, benetako
adiskidetasuna ezartzea posible da giza harreman guztietan:
familiar, anaiartean, ezkontzan eta espiritualean.
Adiskidetasuna ezinbesteko elementua da ezkontza
harremanetan, eta hurbiltasun intelektuala eta emozionala,
erakarpen espiritualaren sentimendua eta benetako
maitasuna izan behar dira lehentasuna. Benetako
maitasunaren eta erakarpen fisikoaren arteko bereizketarik
.egiten ez dutenak behin eta berriz etsita geratzen dira

Ezkontza ideal altuetan eta elkarrekiko errespetuan
oinarritzen denean, bi arima maitekor eta lankidetzan
aritzen diren arteko batasun zoriontsu eta arrakastatsua
bihurtzen da, elkarren bizitzako zamak arintzen dituztenak

eta elkarrekiko enpatia eta ulermen atseginarekin
.bizitzearen kezkak uxatzen dituztenak

Inork ezin nau kontrolatu edo nire borondatea kendu,
besteen pentsamendu eta ekintzek nigan eragina izatea
.baimentzen ez badut behintzat
Zure pentsamendua materiara mugatzen baduzu, dena
ikuspegi material batetik ikusiko duzu. Baina zure
kontzientzia kontzientzia espiritualaren egoerara igotzen
duzunean, Jainkoaren argiaren korrante orokorra materia
guztiaaren gainetik isurtzen ikusiko duzu, eta dena ikuspegi
.espiritual batetik ikusiko duzu

Jauna, konturatzen naiz aukera amaigabea dudala nire
gaitasunak arakatzeko eta nire potentzial espiritual
ezagutzeko. Gaur nire pentsamenduak baikortasunez beteko
ditut eta esperientzia desatseginetatik urrunduko naiz. Nire
gorputza, adimena eta espiritua modu orekatu eta
.harmoniatsuan elikatuko dituen praktikatuko dut

Eranskin materialak asmo handiagoekin ordezkatzeko
ditut
Eta konturatuko naiz espiritu leiala beti nirekin dagoela

Bizitzaren eta heriotzaren dantza beti dago presente,
baina nire identitate espiritual salbatuz askatuko naiz
betiko. Eta proben eta atsekabeen ekaitzei aurre egiten
diedanean, nire ontzi espiritualean bizitzaren itsasoan zehar
.nabigatuko dut, kostalde seguru eta jainkotiarretara

Lan egiten eta sortzen dudanean, gogoratuko dut
Jainkoa nire bidez ari dela lanean. Unibertsoaren Jauna da,
eta Harekin konekta naiteke haren hausnarketa sakonaren
.bidez

Ene Jainko maitea, badakit nire pentsamenduek porrota
edo arrakasta ekarriko didatela, nire bizitzan zein ideia den
indartsuenaren arabera. Eta saiatuko naiz gogoratzen Zure
laguntza-eskua luzatzen ari zarela eta nire arrakastarako
.bidea prestatzen ari zarela

Hondamendiak eta zorigaitzak gertatzen zaizkidanean,
nire indarra bilduko dut eta horiek gainditzeko nire erabakia
sendotuko dut. Zintzoa eta zintzoa izango naiz guztiekin
dudan harremanetan, eta maitasun eta desio onen
pentsamenduak zabalduko ditut. Orduan, Jainkoak bere
.botere eta jakinduriarekin lagunduko dit

Gaixotasun espiritualak eta haien tratamendua
Paramhansa Yogananda maisua

Saiatu desproporzionatuak eta harmoniarik gabeko giza
:irudien talde bat imajinatzen
Txitxirio baten tamainako buru txikia eta gamelu baten
!tamainako gorputz handia dituen
Beste batek Sanson edo Herkulesen eskua bezalako
esku indartsua eta nano baten gorputza bezalako gorputza
!ditu
Eta hirugarren batek elefante erraldoi baten burua eta
!sagu argal baten gorputza ditu
Ez al litzateke eszena hori harrigarria eta harrigarria
izango zuretzat, edo tristea eta damugarria, bat-batean

osaera arraro eta desadosa duten izaki horien multzo bat
?ikusiko bazenu

Orain imajinatu beste pertsona talde bat, itxuraz eta
formaz normalak direnak, baina mentalki desorekatuak eta
.psikologikoki desitxuratuak daudenak

Arropak zauriak, zauriak eta bestelako deformazio
fisikoak ezkutatzeko dituen bezala, gorputz sendo eta
osasuntsu batek eta aurpegi eder eta distiratsu batek ere
buruko gaixotasun larri eta jaiotzetiko akats asko ezkutatzeko
.dituzte

Itxura dotoreagatik eta osasun onagatik nabarmentzen
diren pertsona arrunten jendetza handi batekin topo egingo
bazenu, eta haien gorputz mentalak zure ikuspegi
espiritualarekin zeharkatzeko gai izango bazina, harrigarria
izango litzateke sorpresa, eta agian tristura sakon batek
.hartuko zintuzke aurkituko zenukeenarekin

:Haien gorputz mentalak honela beha ditzakezu
Buruak adimena irudikatzen du, gorputzak zentzumenak
eta sentimenduak, eta eskuek eta oinek borondatea, guztiak
.anormalak, gaixoak eta deformatuak direnak

Batzuek buru txikia dutela ikusiko duzu, jakinduria
garatu gabea, gorputz flaku baten gainean muntatuta,
.anbizio berekoi eta desira sentsualez puztuta
Ikusiko duzu, halaber, pertsona batzuek sentimendurik
eta bizitasunik gabeko gorputza dutela, nahiz eta beso oso
.garatu eta funtzionala izan

Beste batzuek garun handi eta sortzailea izan dezakete,
baina haien enpatia eta gaitasun emozionala mugatuta eta
atrofiatuta daude. Eta badago beste pertsona kategoria bat,
konstituzio fisiko eta mental normala duena, baina
borondate-indarra eta autokontrola ahula edo paralizatua
.duena

Eta behaketen zerrenda luzatzen da, eta luzaroan bizi
!zaitezela opa dizuet

Gizakietan, alderdi batzuetan gutxi garatuta eta beste batzuetan gehiegi garatuta dauden gorputz mentalen distortsio psikologiko ugari daude, ezkutuan bada ere. Mina psikologikoa eragiten diete eta beren talentuak eta gaitasunak erakutsi behar diren bezala erakustea eragozten .diete

Hemen zenbait gaixotasun psikologiko jorratzeak giza arazo guztien azpian dauden kausak identifikatzen lagun dezake, gutxienez arazo horiek jasaten dituzten guztiek ezagutu ditzaten, inkontzienteki bada ere, akats horien izaera, haien sintomak eta psikean duten isilpeko sartzeari ulertzen, bakearen eta zoriontasunaren suntsipen .arrastakaria uxatu ahal izan dezaten malenkonia espirituala

Gaixotasun hau oso hedatuta dago adimenez eta fisikoki inaktibo daudenen artean, gai espiritualetan sakon murgilduta daudelako aitzakiarekin. Kaltetutako pertsona hauek bizitza materialaren betebeharrak nagusiak eta txikiak alde batera uzten dituzte Jainkoa zerbitzatzeko aitzakiarekin, eta horrela Satanasen esku uzten dute beren burua, eta honek kalte larriak eragin diezazkieke. Pesimismoa eta inguruko edozer gauza onuragarri edo ederrekiko estimu falta pairatzen dituzte. Gaixotasun kutsakorra da hau, eta asmo espiritualak dituzten guztiek kontuz ibili behar dute eta askatu egin behar dute beren bizitasuna etengabe bizirik mantenduz eta immunitatea sendo mantenduz, pentsamendu positiboaren, ikuspegi baikorraren eta lan .osasuntsu eta emankorraren bidez indigestio espirituala

Hau ausazko (irenste) ondorioz gertatzen da, hau da, izen distiratsuekin erregistratutako eta xarlataneriaren eta sorginkeriaren artean esperientzia duten "mediku spiritualek" liburu eta ikasgai espiritual faltsuen moduan aurkeztutako prestatutako psikodrogen kantitate handiak .azkar irenstearen ondorioz

Gaixotasun honek ez du egia jakiteko gose espiritual
hiltzen bakarrik, baita ona eta txarra, onuragarria eta
.kaltegarria bereizteko gaitasuna ere suntsitzen du
Ideia teologikoak etengabe irensten dituenak eta
eskuetara erortzen zaion guztiaz elikatzen denak ez du
gehiegi jango bakarrik, baizik eta ideia pozoitsuak eta
erabilgarriak ere kontsumituko ditu, indigestio intelektuala
.eta, beraz, heriotza espiritual motela ekarriz

Hainbat ideia espiritual eta filosofiko gehiegi eta
etengabe aztertzeak, haien baliozkotasuna ziurtatzeko
norberaren esperientziaren bidez digeritu eta aztertzeko
ahaleginik edo bereizketarik egin gabe, azkenean zalantza,
apatia eta mesfidantza sortzen ditu printzipio eta lege
.espiritual guztietan

.Pasioa eta obsesioa

Gaixotasun honek jota daudenek bizitza alferrik galdu
eta zentzurik gabea bizi dute, diru eta denbora gehiegi
dutelako, eta helbururik eta bizitzaren ulermen egokirik ez
.dutelako

Pertsona hauek beren desioek bultzatzen dituzte;
bururatzen zaien eta atsegin ematen dien guztia egiten
dute. Beren bizitzak eleberri merkeak eta hutsalak, film
sentsazionalak eta entretenimendu azaleko eta
zentsugabeak betetzen dituzte. Ez dira konturatzen
gaixotasun arriskutsu honek jota daudela shock larri bat edo
.nerbio-krisi bat izan arte, hau da, kaltea egin ondoren
buruko hotza

Egoera honek beste izen bat du: etsipena. Pertsonak ez
daki inoiz noiz joko duen eta bere sintoma gogaikarriak
jasango dituen, hala nola etsipena, intolerantzia, antsietatea
eta pazientziarik eza. Are okerrago, askotan luzea izaten da,
eta biktimek erraz errepikatzen dute, nahiz eta azkar
.sendatu direla uste izan
Katarro psikologikoa

Gaixotasun hau munduko kezka kronikoetan
murgiltzeak eragiten du. Gaixotasun hori jasaten dutenek
normalean beren borondatearen arma erabiltzeari uzten
diote eta, beraz, pasiboki eta otzantasunez men egiten diete
beren etengabeko beldurrei, ausardiaz aurre egin eta
.hautzaroan ezabatu beharrean

atxikimendu psikologiko anormala
Gaixotasun honen biktimek zoriontasunaren bilaketan
aldebakarreko bihurtzen dira. Zoriontasuna aberastasuna
metatzean, ospea lortzean edo osasuna edo boterea
edukitzean datzala sinetsita, dena sakrifikatzen dute:
osasuna, ospe ona, lasaitasuna, ohorea eta duintasuna,
beren anbizio sutsuaren aldarean. Beranduegi konturatzen
dira bizitza orekatu batek, naturaren legeak eta Jainkoaren
aginduak errespetatzen dituenak, eta jarduera
lasaitasunarekin harmonizatzen duenak, bakarrik ekar
dezakeela benetako zoriontasuna eta bizitza noble baten
.helburua bete dezakeela

Osasungaitzak diren atxikimendu-nahasmenduak
jasaten dituztenak irrika neurrigabearen pentsamenduek
irensten dituzte, eta horrek bizitzaren ikuspegi distortsionatu
eta okertua izatera eramaten du. Adibidez, negozio-gizon
batek arrakasta handia lortu eta fortuna bat bildu zuen,
baina bere aberastasunaz gozatu aurretik, nerbio-krisi bat
izan zuen kezka eta beldur izugarriengatik, eta bihotz-
.hautsirik hil zen

Beste batzuek uste dute dena dela zilegi helburua
lortzeko. Nahasmen horren ondorioz, benetako helburua
galtzen dute eta ez dute gogobetetasun txikiena ere lortzeko
aukerarik, nahiz eta irrikatu dituzten gauzak izan, giza izaera
zabala eta alderdi anitzekoa baita eta garapen orekatua
.behar baitu maila guztietan

Itsuki atxikimendu espirituala

Sinesmen jakin batzuei buruzko fanatismo oker hau iritzi

eta ideia zehatzei zalantzan jarri edo aztertu gabe atxikitzetik dator, eta horrela gaixotasun honek jotakoengan haserrea eta etsaitasuna sortzen ditu edozein ideia espiritual sendo edo pentsamendu ireki eta askatuarekiko. Isolamendu honek Jainkoaren legeen aurkako matxinada dakar, eta lege horiek eraginkortasun intelektualean, ongizate materialean, osasun mentalean eta fisikoan, eta jatorri guztietako pertsonenganako maitasunean eta errespetuan agertzen .dira

Printzipio espiritualak txertatzea

Gaixotasun fisikoak ukigarriak, mingarriak eta desatseginak direnez, aktiboki haiei aurre egitera bultzatzen gaituzte, hainbat metodo terapeutikoren bidez gainditzen saiatzera eramanez, ariketa fisikotik eta elikadura osasuntsutik hasi eta botika eta sendagai desberdinetaraino.

Hala ere, gaixotasun psikologikoak, gizakiaren min eta beldur guztien erroa izan arren, ez dira behar bezain premiaz prebenitzen edo tratatzen, eta gure bizitzetan hondamena .eta suntsipena eragiten uzten zaie

Hezitzaileek, gorputz-hezkuntzako irakasleek, predikatzaileek, erreformatzaileek, medikuek eta legegileek aurrerapena bultzatu ahal izango dute lehenik ikasten dutenean, beren buruarekin hasita, eta gero besteei irakasten dietenean giza izaera modu orekatu eta harmoniatsuan lantzeko modu zuzenak, bizitzaren legeekin eta existentzia osasuntsu baten printzipioekin bat etorriz.

Hau da mundu osoko jendeak behar duen hezkuntza .benetan eraginkorra eta giza kultura integrala Hezkuntza-erakundeek ezinezkotzat jotzen dute oinarri

espiritualak eskola publikoetan irakastea, printzipio horien eta hainbat doktrina erlijiosoren arteko nahasmenagatik.

Hala ere, erakunde horiek bakearen, maitasunaren, zerbitzuaren, fedearen, adimen irekiaren eta besteen onarpenaren printzipio unibertsaletan zentratuko balira —

hauek konstante espiritual sendoak baitira— eta printzipio horiek haurren gogo eta arimen lur emankorrean txertatzeko metodo praktikoak garatzeko balituzte, ustezko eta irudikatutako zailtasun honi irtenbide arrazoizko eta onargarri bat aurki liteke. Akats larria da gai hau alde batera uztea, harekin lotutako itxurazko zailtasunengatik soilik Unibertsitateko lizentziadun gehienak unibertsitatetik ateratzen dira burua hain astun eta puztuta liburu- edukiagatik, ezen ia ezin baitira bizitzako bideak zeharkatu, beren borondatea eta autokontrola ia paralizatuta baitaude utzikeriak eta erabilera ezak. Horregatik, arduragabetasunez eta okerrera egiten ikusten dituzu, ezkontza desberdinen amildegira erortzen, beren sexualitatea gaizki erabiltzen, diruaren atzetik eta beren karreretan huts egiten, akademikoki zorrotz tutako adimenaren labana zorrotza behar bezala erabiltzen ikasi ez dutelako. Ondorioz, beren burua .mozten dute eta kalte egiten diote beren buruari Bitxia bada ere, gazte askok gustuko dute azkenean kaltea eta mina ekartzen dizkieten jardueretan parte hartzea. Batzuek lapurreta eta bestelako gaiztakerietara jotzen dute, baita ekintza kriminalak ere, inolako mugarik edo disuasiorik gabe. Gizartean bizioak zabaltzea eragozten ez dutenek batzuen jokabide okerrak sustatzen dituzte. Kontzientzia eta benetako fedea duen pertsona orok adibide ona izan beharko luke besteentzat osotasunari, zintzotasunari, duintasunari eta autoestimuari dagokionez. Eskola, institutu, unibertsitate eta gizarte-erakundeek ez dute metodo zientifiko nahikorik eskaintzen delitua murrizteko, haren erroko kausak jorratuz, eta hauek batez .ere buruan aurkitzen dira Bizitza zoriontsu eta arrakastatsu baten artea irakasteko, norberaren potentziala garatzeko eta norberaren gaitasunak hobetzeko eskola bereziak ere sortu beharko .lirateke

Eskola horiek lorategi eta parkeen antzekoak izango
dira, non gazteen adimenak hazten eta loratzen diren.

Hezitzaileak arretaz hautatu behar dira eta gurasoen eta
komunitatearen lankidetzaz izango dutela ziurtatu behar da.

Eskola hauek pertsonak modu eraginkorragoan eratzten
lagunduko dute. Kontuan izan behar da pertsona baten
hasierako etapetan elikadura espiritualak zehazten duela
.haren osasuna eta geroago hazteko gaitasuna

Gaur egungo eskoletan erabiltzen diren prestakuntza
mental eta fisikoaren metodoak onuragarriak dira zalantzarik
gabe, baina oinarri espiritualik ez dute. Izaera
bertutetsuaren garapenik gabe, hazkundera osatu gabea
.izango da

Garapen fisiko, mental eta espiritualaren zientziak
gazteei irakatsi behar zaizkie, oraindik adimen samurra eta
malgua dutenei eta oraindik botereak modu jakin batzuetan
.bideratu ez dituztenei

Prestakuntza integrala egin ondoren, eskola horietako
ikasleek etengabeko azterketa hausnarkorrak egin beharko
dituzte, eta lortutako ziurtagiriak osasun ona, ospe ona,
eraginkortasuna, aberastasun materiala eta espiritualak,
.zoriontasuna, arrakasta eta autokonfiantza izango dira
Lurreko bidaia honen amaieran egingo den azken
azterketaren emaitzak bizitzan zehar azpi-azterketetan
lortutako lorpen eta ziurtagiri mental eta espiritualen batura
.orokorraren arabera zehaztuko dira

Azken proba handi honetan bikain egiten dutenek
autosufizientziaren ziurtagiri sakratua eta kontzientzia libre,
.garbi eta alaia jasoko dute

Eta arimaren orrialdean betiko idatzitako bedeinkapenak

Sari arraro hau ez da sitsek ukituko

Eta lapurren eskuek ez dute iritsiko

Edo denborak ezabatuko du

.Pasaporte gisa balioko du

Zuzen Taldeko ohorezko kide izateagatik

Non dago zoriontasuna?

Jainkoak, bere erruki absolutuan, bere poza eta inspirazioa ematen dizkigu

Eta benetako bizitza ematen digu

Benetako jakinduria

Eta benetako zoriontasuna

Benetako ulermena gure bizitzako esperientzia anitzen bidez dator

Baina Jainkoaren aintza arimak bizi duen bake espiritualean eta adimenak Harekin harmonizatzeko egiten duen ahalegin sutzuan bakarrik agertzen da. Han, egiaren aurrean gaude aurrez aurre. Kanpoan, ilusioak izugarri indartsuak dira, eta oso gutxik ihes egin diezaioke kanpoko ingurunearen eraginari. Munduak bere konplexutasun amaigabeekin eta proba kontaezinekin jarraitzen du. Jainkoaren ahotsa bizitzaren itxuren atzean dago, etengabe dei egiten digu eta loreetatik, idatzietatik, gure kontzientzietatik eta bizitza bizitzeko modukoa egiten duten gauza eder guztien bidez hitz egiten digu.

Zenbat eta gehiago jarri arreta kanpoko gauzetan, orduan eta gutxiago bizi dezakegu barne-aintza; eta zenbat eta gehiago begiratu barrura, orduan eta kanpoko zailtasun gutxiago izango ditugu aurrean. Ekuazio konstante bat da. Baina jende gehienak ez du egia hau konturatzen munduko laguntasunaren, bizi diren gizartearen eta ohitura osasungaitzen eraginagatik. Gizarteak pertsona gainazaleko gaietan murgilduta eta kezkatuta mantentzen du, egia sakonagoak hausnartzea eragotziz.

Leku espiritualak ere bisitatzen dituzte batzuek, haien giro bedeinkatuaz baliatzeko benetako gogorik

gabe, beraz, ez dute ezer aipagarrik lortzen bisita horietatik.

Jainkoa ikusi nahi duenak nonahi aurkituko du Giza ohiturak suntsitzaileak, harrapariak eta gosetiak dira; suntsitzen, hondatzen eta deuseztatzen dute Gizateriak duenarekin zoriontsu eta pozik izaten ikasteko garaia da Ez dugu ezer gehiago desiratu behar guregana iristen dena baino Jainkoa eskuzabala da; badaki zer behar dugun eta garaiz ematen digu Horrek ez du esan nahi Jainkoarengan konfiantza izan behar dugunik ahaleginik egin gabe Batere ez Horrek esan nahi du gure ahalmen guztia egin behar dugula eta gainerakoa Jainkoaren esku utzi behar dugula, hark ez digula inoiz behar eta merezi duguna kenduko

Betiko zoriontsu izateko modurik onena Jainkoaren presentzia sentitzea da. Gure desiorik handiena Jainkoa ezagutzea eta Harekin egoteko erabakia hartzea izan beharko litzateke. Jainkoa izan behar da gure pentsamendu eta sentimenduen lehentasun nagusia, eta gure bizitzako zutabe sendoena eta finkatuena dela kontsideratu behar dugu.

(Beraz, eutsi gogor Jainkoaren sokari, babesa bilatuz Harengan)

Beste zutabe guztiek huts egiten badizute, bera baita zutabea.

Konturatu naiz bizitzaren helburu bakarra Jainkoa ezagutzea dela. Badira Jainkoa aurkitzea bizitzaren azken helburua dela konbentzitura ez daudenak. Baina inork ezin du ukatu bizitzaren helburua zoriontasuna aurkitzea dela. Eta konfiantza eta ziurtasun osoz diot Jainkoa zoriontasun gorena dela. Zoriontasun gorena da. Maitasun absolutua eta unibertsala da. Harekin harmonian daudenen arimak inoiz uzten ez dituen betiko poza da. Beraz, zergatik

ez gara ahalegintzen zoriontasun perfektu hori lortzen? Inork ezin digu eman. Etengabe landu eta zaindu behar dugu geure baitan. Naturaren indarrek nekaezin saiatzen dira jendeari munduko plazerrak emateko, baina plazer labur horiek, azkenean, damua, samina eta atsekabea eragiten dute. Dena duela dirudien pertsonarik zoriontsuena ere, agian ez da benetan zoriontsu izango. Ez dira luzaroan pozik egongo lurreko gauzekin, gauza horiek ez baitute beren benetako egarria asetzen edo beren gose espiritualak asetzen.

Jabetza materialek bake faltsu eta aldi baterako gogobetetze sententzioa baino ez dute eskaintzen. Mundua, oro har, nahasmenean eta kaosean murgilduta dago, gerra sortzen duten desio bereko eta zikoitzek bultzatuta. Beste ezerk ez du gerra sortzen.

Bizitzaren borrokan benetako heroia bere burua konkistatzea eta bere desirak gainditzea da. Dirua, ospea, lizunkeria eta printzipio honen aurka doan guztia kaltegarriak dira gure bakearentzat eta zoriontasunerako. Jendeak beti bizitzaren benetako balioetan pentsatzen ikasiko balu, bilatzen duten zoriontasuna aurkituko luke, baina beren helburutik aldentzen dira eta lurreko desioen korranteak eramaten ditu. Ohartu naiz ez dagoela inongo tentaziok niretzat aukeratu eta jarraitu dudak bidetik desbideratu nazakeenik.

Jainkoak eman didan boterearekin milaka pertsona xarma ditzaket, baina bide hori kaltegarria izango litzateke niretzat. Nolanahi ere, ez ditut milaka pertsona xarmatu eta haien gogoak liluratu nahi. Jainkoarengan tinko dauden dizipulu zintzoak ikustea besterik ez dut nahi. Jainkoa maite dutenek ideia hauetaz gozatuko dute, eta grina mantentzen

dutenek Jainkoaren bedeinkapenak eta presentzia sentituko dituzte irakaspen hauen bidez.

Ezinezkoa da pertsona batek Jainkoa engainatzea, beti presente baitago, badakielako zer dagoen haien buruan eta zer desiratzen duten Mundua uko egiten diotenean eta harmonia espiritualala irrikatzen dutenean, Jainkoa etorriko zaie. Desira hori bilatzen duenaren bihotzean errotzen denean, Jainkoa bihotz horretara etortzen da eta ontasunez eta bedeinkapenez betetzen du. Bizitzeko moduko gauza bakarra Jainkoarekin harmonian egotea eta haren faborea lortzea da. Harmonia hori betiko itun bat eta hautsiezina den promesa izan behar da (Jainkoaren ituna betetzen dutenak eta hausten ez dutenak).

Denek nahi dute besteek baino aberastasun gehiago. Eskuratzen dutenean ere, asegabe jarraitzen dute, beste norbait aberatsagoa dela deskubrituz. Jendea auto-eragindako miseria-zulo batean bizi da, bere desioek bultzatuta. Daukagunarekin konformatu behar dugu. Jabetza materialek ez dute zoriontasuna ekartzen; aitzitik, antsietateak, kezkak eta beldurrak areagotzen dituzte askotan.

Jainkoarenganako bidea da biderik errazena eta sinpleena, baina gutxi dira erlijio-erritu eta formalitate ugari izan arren. Hobe da gure bihotzak Jainkoarengana jotzea eta guretzat onena eta iraunkorra dena eskatzea. Egia esan, Jainkoa gure zain dago, gaitzetik eta arriskutik urrun eduki nahi gaituelako. Berarekin nahi gaitu bihotzean eta gogoan, mundu honetako ondasun merkeek ezin baitute gizakiaren irrika ase edo barne-barnean sentitzen dugun hutsune espiritualala bete. Jainkoa beti ari zaigu hitz egiten, baina gutxik entzuten dute bere ahotsa. Ahots lasai hori askotan pentsamendu zaratatsuen eta desio agerikoen zalapartaz itotzen

da. Baina pentsamenduak baretzen direnean eta desioak baretzen direnean, Jainkoaren ahotsa argi entzuten dugu, isila eta ahula izan arren. Egia esan, Jainkoak dena egiten du gizateriari laguntzeko, ateak irekiz eta bideak argituz, nondik pausoa eman behar dugun ikus dezagun, estropezu egin edo irristatu ez gaitezen. Baina jende gehienak ez du egia hau konturatzen.

Ez dut nahi jendeak pentsatzea ezagutza lor dezakeenik besteei entzunez edo liburuak irakurriz soilik. Irakurtzen eta entzuten dutena aplikatu behar dute. Gurtza-lekuetara joatea etxean geratu eta txorakeriak entzutea baino hobea da. Baina gurtza-lekuetan ere, Jainkoaren presentzia sentitu behar da bihotzean eta nola bizi jakin. Eztanda emozionalak eta analisi arrazionalak ezin digute eman gure arimak eskuratu nahi duen ezagutza.

Jainkoari amore ematen diogunean eta desio berekoiei agur esaten diegunean, eta Jainkoa beti gurekin dagoela ziur gaudenean, gure arimetan bizi dela eta pentsamendu eta sentimendu on eta nobleekin inspiratzen gaituela, zoriontasuna eta askatasuna izango ditugu, eta jakinduriaren egunsentia ikusiko dugu arimaren horizontean.

Imajinatu! Hamarkada batzuk barru, gure existentzia bera amets bat izango da, eta orain egiten dugun guztia amets horren parte bihurtuko da. Gizateriaren pertsonaia handienak ere giza kontzientziaren irudi hutsak bihurtuko dira. Baina pertsonaia handi horiek beren azken helburua lortu zuten, maila gorenera iritsi zirelako eta espirituz bizirik jarraitzen dutelako, gertatzen ari den guztiaz guztiz jabetuta eta kontziente, jainkozko kontzientzian batuta baitaude. Haien pentsamenduen eta irakaspenen bidez haiekin harmonizatzen saiatzen

den edonork, ezinbestean, haien presentzia sentituko du, haien bedeinkazioak jasoko ditu eta sakonean jakingo du benetan haiekin batasunean daudela.

Bizitza amets handi bat da. Hala ere, zure gorputza orain begiratzen duzunean eta bizitzaz beteta ikusten duzunean, amets horren errealitateaz guztiz konbentzitzen zara. Zoriontsu izateko gauza hau edo hura eskuratu behar duzula uste duzu. Baina zenbat desio bete arren, ez duzu zoriontasunik aurkituko horien bidez. Zenbat eta gehiago eskuratu, orduan eta gehiago nahi da. Desioak iragazi eta bizitza sinplifikatu behar dira erosotasunean, lasaitasunean eta barne-poztasunean bizi nahi bada.

Eskriturek diote beti barrurantz (arimarantz) desioak dituen pertsona barne-bake handiko pertsona dela. Horretan, itsasoaren antzekoak dira, inoiz aldatzen edo gutxitzen ez dena, etengabe bertara isurtzen den urez beteta geratzen dena. Baina bere bakearen urtegian desio-zuloak sortzen dituen eta ur biziak isurtzen eta alferrik galtzen uzten dituen pertsonak ez daki ezer bake espiritualaz eta barne-zoriontasunaz.

Jainkoa ezagutzen dutenen gidaritza behar dugu, Harekin komunikatzeko eta haren presentzia kontzienteki sentitzeko gaitasuna dutenen gidaritzapean. Profetek eskatu digute Jainkoa barne-bakean bilatzeko, arimaren bakardadean, non espiritu leialak eta poz espiritual gorena dauden. Indiako irakasle argituek ere ideia hauek babesten dituzte eta meditazio sakonaren garrantzia azpimarratzen dute arimaren sakonean Jainkozko Nia hautemateko.

Existitzen den guztia Jainkoaren gogoak zuzendutako uhin-bibrazio bat da. Bibrazio adimentsu hau Espiritu Santua edo Espiritu leiala da, eta harekin

otoitzaren eta meditazioaren bidez komunikatu daiteke.

Zure arimaren isiltasunean eta zure gogo fokatuaren basoan, Absolutuarekiko eta Infinituarekiko maitasun harremana amaigabea da. Baina zaila da Jainkoa aurkitzea lehenik dirua bilatzen badugu. Jainkoa gure bizitzaren parte bihurtu behar dugu, eta orduan izango dugu bizitza honetan behar dugun guztia. Jainkoa bere bihotzean leku iraunkor bat egiten duen edonori, Jainkoak lurraren eta zeruaren bedeinkapen ugari emango dio, eta jakinduriaren eguzkiak distiratzen duten horizonte zabalak irekiko dizkio aurrean, haien bideak argituz eta inguruko iluntasuna uxatuz. Jainkoa maitale betierekoa da, eta ez dago zoriontasunik gizateriarentzat Jainkoa maite dutenak maite dituzten bezala maitatzen ez badute behintzat, Jainkorik gabe, ez genuke maitasunaren funtsa ezagutuko, ezta haren gozotasuna dastatuko ere.

Gure borondatea erabiltzen eta gure adimena Jainkoa bihotz osoz bilatzeko bideratu ikasi behar dugu. Giza ekintzak desioek agintzen dituzte, eta ohitura hauek etengabe behartzen gaituzte egin nahi ez duguna egitera. Egia esan, gizakia bere etsaia da, ez daki geldirik egoten, ezta Jainkoari denborarik eskaintzen ere, baina zoriontasuna eta Paradisura sartzeko bermea nahi ditu atzerapenik gabe. Esperientzia sakratua ezin da lortu liburuak irakurriz, sermoiak entzunez edo ekintza onak eginez soilik. Zalantzarik gabe, hauek guztiak onuragarriak dira, baina ez dira nahikoak. Jainkoarengana iristeko kontzentrazio zorrotza eta hausnarketa sakona behar dira.

Jainkoaren faborea bilatu behar dugu lehenik Ezin ditugu guztiak atsegin eman, hori ezinezkoa baita

Saiatzen naiz inor ez iraintzen Ahal dudana egiten dut, eta hori da egin dezakedan guztia Nire helburu bakarra Jainkoa atsegin ematea da Nire eskuak erabiltzen ditut apalki haren aurrean otoitz egiteko, nire oinak nonahi bilatzeko, eta nire burua harengan pentsatzeko eta haren mirariak hausnartzeko Jainkoak lehen lekua izan behar du gure bihotzetan, bake, maitasun, ulermen, adeitasun, erruki eta jakinduria gisa bizi dezagun Hau, eta ez beste ezer, da lekuko izan eta zuei hitz egitera etorri naizena

Hausnarketaz gain, konpainia ona izan behar da. Ez dugu jendearen atzetik ibili behar, Jainkoaren atzetik baizik. Pentsamendu hauetan onura aurkitzen baduzu, kontsideratu Jainkoaren bedeinkapena, meritu guztia berarena baita. Partekatu itzazu besteekin, zuk aurkitzen duzuna aurki dezaten. (Eta zure Jaunaren faboreari dagokionez, hitz egin horri buruz). Eta ez ahaztu egunero norbaiti laguntzea zure gaitasunaren arabera. Poltsikoan dirua dudan bitartean, ez diot emateari utziko, nire iturri agortezina eta etengabe jariakorra Jainkoa baita.

Azkenik, Jainkoa ezagutu behar dugu handiek ezagutu zuten bezala. Hau posible da hausnarketaren eta ahalegin pertsonalaren bidez.

Behin, ermitatik kanpo nindoala, nire irakasle handiaz, Sri Yuktiswarrez, pentsatzen ari nintzen, urte batzuk lehenago hil baitzen. Beraren irrika izugarria sentitu nuen eta triste nengoen nirekin ez zegoelako ermitaren edertasunaz eta giroaz gozatzeko. Bat-batean, zerutik agertu zitzaidan eta esan zidan: "Uste duzu leku eder honetaz gozatzen ari den bakarra zarela? Nik ere zuk bezala gozatzen ari naiz!"

Jainkoarekin batasuna nahi duenak eguneroko meditazioaren eta hura maitatzearen bidez

ahalegindu behar du, eta maitasun hori guztiengana zabaldu. Hau da gatazkak saihesteko modu bakarra. Lankidetza espirituala ezinbestekoa da. Benetako espiritualitaterik gabe, ez dago zoriontasun indibidualik edo unibertsalik. Harmonia sakratua da arazo fisiko, finantzario, ezkontide, moral eta espiritual guztien irtenbide bakarra.

Zoriontasuna Jainkoarengandik hurbil sentitzetik dator. Gizateria ezjakintasunaren atzean giltzapetuta dago, eta garaia da lotsagarri den espetxe honetatik askatzeko. Adimena beti Jainkoarengana zuzendu behar da, edozein direla ere zirkunstantziak, eta orduan bake eta poz handia biziko duzu.

Jainkoaren irrika dutenak eta berari eskaintzen diotenak, elkar animatzen eta argitzen dutenak eta etengabe Jainkoa gogoratzen dutenak dira mundu honetako zoriontsuak eta Hurrengo Bizitzaren zoriontasunaren irabazleak.

Bakea izan bedi zurekin

Oihala altxatu eta garbitu egingo da

Gutako bakoitza Jainkoaren irudira egina dago. Bere jainkozko Espiritutik sortu ginen, eta bere esentzia gugan bizi da bere garbitasun, aintza eta zoriontasun paregabearen.

Ondare sakratu hau gotorleku menderaezina da. Pertsona batek bekatari gisa kondenatzea, bekatuaren bideetan trabatuta, bekatu guztien artean handienetako bat da. Izan ere, horrela, babesgabetasunera, etsipenera eta igotzeko eta igotzeko ezintasunera kondenatzen du bere burua. Egia da pertsona batek lege naturalen eta jainkozkoen aurkako ekintzak egin ditzakeela, baina berehala aldatu behar du norabidea eta bide zuzenera jo. Bere izaera puruan,

pertsona tenplu sakratu bat da, eta jainkozko Espiritua bizi
.da haren barruan

Beti gogoratu behar dugu Jainkoak erabat eta
baldintzarik gabe maite gaituela. Baina Harengana
hurbiltzeko edo urruntzeko aukera absolutua eman digunez,
guregana etorri aurretik, bere maitasunaren nahia
.adieraztea itxaroten du

Behin meditazioan zehar bere ahotsa xuxurlatzen
entzun nuen: "Ez nagoela zurekin diozu, baina ez duzu
barrura begiratu. Ez zaitut inoiz uzten une bakar batez ere.
Sartu arimaren tenpluan eta ikusiko nauzu, beti hemen
bainagoelako, zu jasotzeko eta jainkozko maitasunaren
."agurrarekin agurtzeko
Zintzotasun sakona ezinbestekoa da bide espiritualean.
.Garbitasunean eta egian, arimaren egunsentia agertzen da

Gure giza jakinduria ez da ezer Jainkoarenarekin
alderatuta. Harengana hurbiltzeko modu bakarra guri
.ematen digun maitasun garbi bera ematea da
Azkenean, denek aurkituko dute salbazioa, baina bidean
huts egiten dutenak apatiaren amildegian erortzen dira.
Axolagabekeriak eragozten digu Jainkoa orain bertan, une
honetan bertan, aurkitzearen garrantziaz jabetzea.
Espazioan flotatzen ari den gure Lur planeta handia eta gure
giza identitatea ez zitzaizkigun eman hemen urte batzuk
igarotzeko eta gero ezerezean desagertzeko. Aitzitik,
sakonki hausnartu eta existentziaren misterioa ulertzea
dagokigu. Bizitzaren helburua ulertu gabe bizitzea ergela,
tontoa eta denbora galtzea da. Bizitzaren misterioek
inguratzen gaituzte alde guztietatik, eta Jainkoak adimenez
.hornitu gaitu haien irtenbideak aurkitzeko
Maitasun iraunkorraren bilaketan, konturatu nintzen
Jainkoak imajina daitekeen moduguztietan maite ninduela.
.Ama, aita eta lagun gisa maite ninduen

,Lagun guztien gainetik betiko lagun hori bilatu nuen

Eta maitale handi horri buruz, zeina orain aurpegi
atsegin eta maitekor guztietan distira egiten ikusten dudan
Jainkozko lagun horrek ez nau inoiz hutsik egin, ezta inoiz
.hutsik egin ere

Jainkoa existitzen den guztiaren atzean dago. Gure
gurasoak ohoratu eta adeitasunez tratatu behar ditugu,
baina Jainkoa bihotz eta arima osoz maitatu behar dugu.
Harekin lotura bizia izatearen garrantzia aitortu behar dugu,
.denbora gehiago galdu gabe

Lo gaudenean, ez dakigu esnatuko garen ala ez. Lur hau
banan-banan uzten dugu. Baina pentsamendu honek ez luke
antsietatea sortu behar. Hiltzen garenean, lurrean berriro
jaiotzera deituak gaude, bizitza berri bat hasiz, honetan utzi
.genuen lekutik

Bizitza ozeanoaren gainazalean olatuen eraketa eta
desegite gisa ikusten dut. Giza olatua jainkozko ozeanoaren
gainazaletik altxatzen da jaiotzean, eta heriotzan, Jainkoaren
bihotzean atsedean hartzen du. Egia hau ulertu dut eta
badakit ez naizela inoiz benetan hiltzen, gorputza hil arren.
Izan ere, jainkozko espirituaren ozeanoan atsedean hartzen
ari banaiz edo gorputz fisikoan esna nagoen ala ez, bat naiz
ozeano kosmikoarekin. Zoriontasun gorena ezin dela
munduan aurkitu. Aldi berean, ez dugu beharrik basora ihes
egiteko helburuaren bila. Jainkoa aurki dezakegu eguneroko
.bizitzaren oihan honetan, isiltasunaren leizearen sakonean

Gizakiek akats asko egin ditzakete, baina jainkozko
espirituaren irudian moldatuta daude. Jainkoak lurreko
plazerrez osatutako mundu ilusiotsu hau helburu bakar
batekin sortu zuen: gizateriak drama kosmiko bat besterik ez
dela konturatzeko, ilusioak alde batera uzteko eta Jainkoa
bakarrik maitatzeko. Hau da egia, eta ezin da bestela izan.

Zergatik sortu gintuen Jainkoak gure senideak maitatzeko,
banan-banan gugandik alde egiten ikusteko? Gertaera hauek

gertatzen dira Jainkoa dela benetan maite gaituena
.konturatzeko, maite ditugun guztien gainetik
Bizitza irudi mugikorren segida bat da, baina egia hau
zaila da ulertzea, ilusioak errealak diruditelako eta
errealitateak ilusioak diruditelako. Mundua gure
kontzientziaz desagertzen da gauero lo egiten dugunean,
.agian unibertso fisikoa ez dela errealia uler dezagun
Loaren ikasgai hau ez dator gu beldurtzera, baizik eta
Jainkoaren egiaren irrika pizteko. Ezerk ezin du arima ase
Jainkoak eta haren maitasunak izan ezik. Jainkoaren
Espiritua egia paregabea da. Ez dago ezer irreala denik, eta
errealia dena ezin da irreala izan. Jakintsuek egia distiratsu
.hau ulertzen dute
Gure bizitzako urte asko igaro dira, eta urteak, asteak,
egunak eta orduak baino ez dira geratzen. Zergatik galdu
denbora onuragarriak ez diren gauzetan? Jainkoarekin
konektatu nahi izan beharko genuke egunez eta gauez, eta
guztiz zintzoak izan nahi horretan, bizitzari esleitutako
denbora agortu eta lur hau ezer aipagarriarik lortu gabe utzi
.baino lehen
Une hartan bertan, Jainkoaren argi handia ikusi nuen
sorkuntza guztia inguratzen. Zer poz izugarria! Zer argi
!zoragarria
Jainko maitea, eskerrak ematen dizkizut eta makurtu
egiten zaitut zure presentzia sentitzearen bedeinkapen
.ugariengatik
Bedeinkazioak guztiontzat modu berean, unibertso
egia gorena zarela eta gure azken helburua zarela kontura
.gaitezen, eta horren atzean ez dagoela beste helbururik
Gure bizitzako segundo oro maitatu eta berarekin hitz
egin behar dugu —lanean eta atsedenaldian, mugimenduan
eta geldirik— erregu sakon eta irrika sutsuarekin. Orduan,
ilusioaren beloa altxatzen eta desagertzen ikusiko dugu.
Jainkoa gurekin dago gure bizitzako une oro. Harekin
kontenplatu eta harmonian daudenek loreen

edertasunean, arima onen noblezian, emozio sublime eta nobleetan eta amets ederretan ikusten dute. Azkenean, belodien atzetik aterako da bilatzaile zintzo orori esateko "Denbora luzez egon gara bananduta, zure maitasuna" borondatez eman nahi nuelako. Nire irudira sortu zintudan, eta zure askatasuna erabili eta zure maitasuna zure ".borondatez eman arte itxaron nuen Jainkoari eskatu behar diogu bere maitasun jainkotiarren oparia betiereko eta iraunkorra emateko. Baina nork aurki dezake Jainko maitekor hau ahaleginik gabe? Ahaleginaren % 25 egiten baduzu, gainerakoa Jainkoaren eta zure gida espiritualaren esku dago. Ez dut ezer eskatzen neure buruarentzat, meritu guztia Jainkoarena baita, ontasun eta grazia guztien iturria. Bere grazia lagun zaitzala, bere kontzientzia zurekin izan dadila, eta bere presentziaren ugaritasuna hauteman dezazula zure baitan .eta zure inguruan Jainkoak ez digu berehala erantzuten, zenbat desiratzen dugun erakusteko zalantzak ditugulako. Ez izan beldurrik Harengana hurbiltzeko, baizik eta gurea, gure Maitatua dela kontsideratu behar dugu, eta etengabe bilatu gure pentsamenduekin, ekintzekin, bihotzekin eta gogoekin, eta horrela aurkituko dugu segurtasun eta bake babesleku .handiena existentzia honetan Jauna, arima onen sorta hau eskaintzen dizut, Zure presentziaren tenplua apain dezaten Lagundu arima hauekin, Zure familia eta Zure maiteak direnak Zure izen bedeinkatua abesten dugu Uxatu ezjakintasunaren iluntasuna Zure argi santuarekin Kanpatu gure gogoetako iluntasuna Zure izatearen argi distiratsu eta mugagabearekin Zureak gara, gure egoerak edozein direla ere Erakutsi zeure burua, Maiestate eta Ugaritasunaren Jauna Bedeinka gaitzazu bakoitza Onartu gure irrika pentsamenduen xuxurlak eta gure bihotz maitekorren taupada irrikatsuak Zuri eskaintzen dizkizugu maitasun,

ohore eta irrika guztia, Zu zarelako gure Maitea eta
unibertso honetan dugun guztia
Bedeinka gaitzazu zure graziarekin Hautsi zuregandik
banatzen gaituzten desioen hormak Izan zaitez gure nahi
guztien gainean dagoen jainkozko Erregea Zure aintzaren
argia mundu zabalean zehar heda dadila Bedeinka gaitzazu
guztiok Bete gaitzazu zure presentziaren usainarekin Eta
gero eta gehiago konturatuko gara beti gurekin egon zarela,
.orain gurekin zaudela eta betiko gurekin egongo zarela
Eskerrak ematen dizkizugu Zure hurbiltasunaren irrika
duten eta Zure presentzia irrikaz itxaroten duten Zure
jarraitzaile sutsuei eman diezun grazia eta maitasunagatik.
Espero dugu Zure dizipuluen zirkulua handituko dela, Zure
presentzia bedeinkatua ospatu eta Zure hurbiltasunaz poztu
.ahal izateko

Bedeinka gaitzazu, elkarri gure bihotzak ireki eta gure
asmoak garbitu ditzagun, zure babes eta zaintza merezi izan
dezagun. Ager gaitzazu, barrutik eta kanpotik. Batu gaitzazu
guztiok, eta batasun horren argitan, aitortu dezagun zure
.existentzia paregabea

Gure bihotz batuetako zintzotasunez eta gure arima
harmoniatsuen irrikaz, Zure aurrean ahuspeztzen gara, Zure
laguntza, gidaritza eta gure arimetan Zure presentziaren
.etengabeko kontzientzia bilatuz
Maitasunaren betiko sua piztu dadila gure bihotzetan,
eta senti dezagun zure hurbiltasuna orain eta beti, gure
!Jauna, gure Maitea

Desira gorena eta kapsula mentalak

**Handia da Jainkoaren aintza. Egiaren funtsa da
eta bizitza honetan aurki daiteke. Jendearen
bihotzean otoitz eta erregu asko daude: dirua, ospea,
osasuna... mota guztietako otoitzak. Baina bihotz
guztietan lehenengo eta behin egon behar den otoitza
Jainkoaren presentzia sentitzea da. Bizitzako bideetan**

isiltasunean eta ziurtasunean ibiltzen garen heinean, konturatu behar dugu Jainkoa dela gure asebate eta gure nahiak bete ditzakeen azken helburua, Jainkoarengan baitago bihotzeko irrika guztien erantzuna.

Zure ahaleginen bidez desio bat bete ezin duzunean, Jainkoarengana otoitzean jotzen duzu. Horrela, egiten duzun erregu bakoitzak barneko irrika ezkutu bat agerian uzten du. Baina Jainkoa aurkitzen duzunean, desio guztiak desagertzen dira eta nahi guztiak betetzen dira.

Munduko desirak bizitzaren xedeari buruzko ideia okerretatik sortzen dira Lur hau ez da gure benetako etxea Eskriturek esaten digute Jainkoarenak garela, haren irudian sortuak garela eta haren nahia gure jainkozko jatorrira itzultzea dela Gizateriak ez du konturatzen bere jainkozko iturrira itzultzen ez bada, desio ugari betetzeko borrokan aritu beharko duela Imajinatu! Egia da gizakiek ezin dutela saihestu desioak izatea, eta ez dagoela ezer txarrik horiek edukitzean Hala ere, gizakiaren irrika gehienek Jainkoarengana itzultzeko azken desioa betetzea oztopatzen dute Beraz, kaltegarriak dira gizakiaren zoriontasunerako Gizateriak Jainkoa desiratzen ez badu eta aurkitzen ez badu, zoriontasuna ekarriko diola uste duen edozer gauzaren irrikaz erretzen jarraituko du Baina desio guztien berehalako betetzea automatikoki dator Jainkoa aurkitzen dutenentzat

Bi desio mota daude: Jainkoa aurkitzen laguntzen digutenak eta aurkitzea eragozten digutenak. Adibidez, norbaitek bidegabekeria egiten badizu, mendeku gogoia senti dezakezu. Hala ere, maitasunaren botere altuagoa eta onargarriagoa erabiliz gogo hori gainditzen baduzu, Jainkoa aurkitzen lagunduko dizun tresna bera erabiliko duzu.

Desio guztiak modu noblean bete behar dira, munduko bideetatik betetzen direnean, desioak ugaritzen baitira, arazoekin eta sufrimenduarekin batera. Jainkoari gure desio guztiak eskaintzen ikasten badugu, Hark gure desio onak betetzen eta kaltegarriak eta suntsitzaileak desagerrarazten lan egingo du . Ez dago kontzientzia garbi bat baino babes handiagorik, eta ez dago bizitzaren kolpeen aurkako defentsa hoberik desio noble eta sublimeak edukitzea baino.

Jainkoaren irudi perfektua gure baitan dagoela konturatzen garenean, gure desio guztiak betetzen dira lurreko altxor eta aberastasun guztiak gainditzen dituen kontzientzia sakratu horretan, ez zara astinduko mundu osoa eman arren. Ez laudorioek ez dizute harrotasuna eragingo, ezta erruak ere kalterik egingo, zeren Jainkoaren poza dastatuko baituzu zure baitan, eta hori izango da zure bizitzako kontuan hartu beharreko gauzarik garrantzitsuena.

Lehenik eta behin, Jainkoaren gidaritza eskatu beharko genuke gure desio legítimoak lortzeko ahaleginetan, eta hori da gure otoitz guztien erantzunak lortzeko modurik onena. Baina erreguak kendu behar dira otoitzetik. Otoitz egiteko modu zaharra aldatu behar da, eta Jainkoarengana jo behar dugu konfiantza osoz eta fede irmoarekin, entzuten gaituela eta gure eskaerak emango dituelakoan. Jainkoak ez du nahi gure borondatea uztea —baita berari otoitz egiten diogunean ere—, borondate hori baita bere esku atseginetik jaso dugun oparirik preziatuena, gure sorkuntzatik bertatik guretzat nahi izan duen eskubide sakratua.

Jakina, bereizi egin behar dira arrazoizko eta arrazoizko otoitz eta desioen artean. Gogoratu desioa boterea dela; desio bati heltzen badiozu —ona edo

txarra, onuragarria edo kaltegarria izan— eta egun eta gau horretan pentsatzen baduzu, azkenean gertatuko da. Beraz, kontuz ibili behar da eta saihestu desio kaltegarriak gordetzea, bete egingo baitira eta kalte izugarria eta inbidiaezina den miseria ekarriko baitute.

Denborarekin, konturatuko zara zure desioak betetzen diren arren, zure bihotza hutsik jarraitzen duela, eta barne matxinada biziko duzula. Imajinatu zure digestio-sistema ahula dela, baina janari frijituak irrikatzen dituzula. Noski, mina sentituko duzu jaten dituzun bakoitzean, jaten duzun bitartean sentitzen duzun plazerra izan arren. Eta horrela, akats bat egin duzula sentituko duzu. Jakinduriak agintzen du bereizketa erabiltzea desio onak eta txarrak bereizteko, eta hori lortutakoan, desio oker horiek ez lirateke bete behar. Gizakiek bereizketaren barne-ahalmena dute eta beti erabili behar dute, beren bizitzak kontzientziak aginduen arabera gidatuz, hau da, Jainkoaren ahotsa.

Bete gabeko desioak bihotzean irauten dute. Zer kalte dago bertan gordetzeak? Hona hemen erantzuna:

Desio oro indar espezifiko osatuta dago: ona edo txarra, edo biak. Pertsona bat hiltzen denean — Jainkoak erruki izan dezala berarekin—, indar hauek ez dira hiltzen gorputza deskonposatu eta usteltzen den arren. Aitzitik, arimarekin batera doaz kapsula espiritual kontzentratuen moduan. Pertsona enkarnazio berri batean berriro jaiotzen denean, kapsula edo tableta psikiko hauek joera portaera gisa agertzen dira. Horrela, alkoholiko gisa hil den pertsona batek alkoholarekiko joera dakar berarekin berriro jaiotzean, eta joera hori irauten du

alkoholarekiko irrika gaintitu arte. Honek beste gauza batzuei ere eragiten die.

Haur txikienek ere iraganeko bizitzetatik hartutako ezaugarriak erakusten dituzte. Haur batzuek haserre-aldi larriak izaten dituzte. Beste batzuek, berriz, umore txarra dute. Jakina, Jainkoak ez zituen horrela sortu. Iraganeko bizitzetako ase gabeko desioek joera psikologiko horiek moldatu dituzte, eta, horregatik, arima arraro samarra agertzen da, Jainkoaren irudi garbian sortua izan arren. Jainkoaren irudia desitxuratuta badago pertsona baten baitan bizitza honetan, haserreak, beldurrak edo lizunkeriak eraginda, eta ezaugarri horiek orain gaintitzen ez badira, orduan haiekin berpiztuko dira (edo haiekin berpiztuko dira), joera tamalgarri horien zama eramanez, enkarnazio honetan edo etorkizunean gaintitu arte. Ez dago ihesbiderik haietatik gaintitu arte.

Beraz, hobe da desio guztiak orain betetzea edo konkistatzea

Behin betiko desira horiek kentzeko modurik onena jainkozko poz gorena bizitzea da. Bestela, erreprimitutako desira eta ase gabeko irrika hauek arima jazarri eta torturatuko dute.

Pertsona batek, bereizketaren eta jakinduriaren bidez, konturatu behar du Jainkoak bakarrik eman dezakeela zoriontasun purua eta iraunkorra

Gehienetan, desioak inkontzientean ezkutatuta geratzen dira. Desagertu direla pentsa dezakezu, baina ez da horrela izan; hau bizitzaren misterioetako bat da, eta bera misterio handia da.

Baina misterioa desagertzen da bizitza aztertzen dugunean eta bere esanahia hausnartzen dugunean. Egunero denbora labur batez lasai eseri eta zeure burua aztertzen baduzu, ikusiko zenuke bete gabeko

desio asko dituzula. Desio horiek pertsona batek berarekin eramaten dituen germen hilgarriak bezalakoak dira, edonora joanda ere, bai bizitza honetan bai hurrengoan.

Aurrera egiteko modurik onena bizitza honetako desio kaltegarriak aukera jakintsuen bidez bereiztea eta zure ahaleginak zure desio onak betetzera bideratzea da. Suizidatzeko edo zerbait gaizki egiteko gogo sentitzen baduzu, gogo hori orain uxatu behar duzu. Konbentzitu zeure burua, pentsamenduz eta ekintzaz, jainkotasun txinparta bat duzula zure ariman, eta gogoratu Ahalguztidunaren irudian sortua zarela, eta, beraz, zure izaera fisikoa eta ohiturak gainditzeko boterea duzula.

Luxuei gutxiago lotuta egon eta desioetatik urrundu gehiago, eta bizitzaren borroka irabaziko duzu. Min sendaezina jasaten ari bazara, ahalik eta gehien saiatu kontzientzia fisikotik aldentzen. Bereizmenaren bidez, zentzumenak gainditu ditzakezu. Bereizmen jakintsua desio kaltegarriak eta gose suntsitzaileak erretzen dituen sua da, errauts bihurtuz.

Ohikoa da jendeak etxeko txoko batean gauza zaharrak, higatuak eta beharrezkoak ez direnak gordetzea, eta etxea noizean behin txukundu eta garbitzea. Era berean, zure subkontzientearen txokoan kalte latentea duten desio asko daude, eta egunen batean arazo handiak sor ditzakete behar bezala kudeatzen ez badituzu.

Autoanalisia ezinbestekoa da bide espiritualean. Gorrotagarria, suminkorra edo haserrekorra izan zaitezke. Hala bada, zure kontzientzian gordetako ezaugarri hauek zure iraganeko ekintzen ondorio dira. Zure psikea altzari nahasi eta higatu hauetatik garbitzeko, ekintza positibo eta eraikitzaileekin hasi

behar duzu eta besteekiko maitasuna landu. Zenbat eta gehiago maite dituzun pertsonak, orduan eta gehiago maitatuko zaituzte zu, eta haien maitasuna sentituko duzu. Baina kritikatzan badihazte, zeure buruari ere bai, kritika hori sentituko dute eta anplifikatuta itzuliko dizute!

Demagun etsai zahar bat hil dela, baina oraindik harekin duen gorrotoa eta erresumina gordetzen dituzula. Samintasun horren ondorioz sufrituko duzu, eta bere ondorio kaltegarriak zure gorputzean eta buruan agertuko dira. Hobe da Jainkoaren izenean barkatzea, horrela eginez gero, mendeku-desira gaiztoetatik askatuko zarela, zure bakea suntsitzen eta lasaitasuna apurtzen dutenetatik. Gorrotoa gorrotoaren gainean pilatzeak, edo etsaitasunari gorrotoarekin erantzuteak, ez du zure etsaiaren zureganako etsaitasuna areagotzen bakarrik, baita zure gorputza eta emozioak pozoitzen ere, ondorioz. Beraz, barkatu barkamen eder batekin.

Noizean behin, pertsonak dena utzi behar du bere buruarekin bakarrik egoteko, bizitzaren helburuaz hausnartzeko. Jende gehienak tradizio eta moden korrante batean dabil. Egia esan, ez dute inoiz benetan beren bizitza bizi izan, munduko bizitza baizik. Zer lortu dute, eta non amaitu dute?

Beraz, komenigarria da pertsona batek noizean behin eguneroko kezka eta "betebeharretatik" aldentzea, bere gogoaren nahasmena baretzeko eta haren funtsa ulertzen saiatzeko eta lortu nahi duen helburua zehazteko.

Gogoratu jaso dezakezun testigantzarik handiena zure kontzientziarena dela: zure arimaren ahots nahastezina eta hutsezina. Zure kontzientziak esaten dizuna da benetan nor zaren, apaingarririk edo mozorrorik gabe.

Pentsa ezazu Jesukristoren botereaz, honek esan baitzuen: «Aita, barka iezaiezu, ez baitakite egiten ez dakitena».

Eta pentsatu Profeta handi hark esan zuenean: “Ez al dizuet esango zerk igotzen duen norberaren maila?”. Haiek erantzun zuten: “Bai, Jainkoaren Mezularia”. Hark esan zuen: “Izan pazientzia zurekin ezjakina denarekin, eman zuregandik ezkututzen denari, eutsi loturari zurekin lotura hausten duenarekin eta barkatu zuri bidegabe egiten dizunari”.

Zure kontzientzia argituaren ahotsa entzuteak argia ekarriko dio zure bideari eta bedeinkapena zure bizitzari. Bihotzean desio bat betetzeko gogo handia sentitzen duzunean, erabili zure bereizmena eta galdetu zeure buruari: "Bete nahi duan desio ona ala txarra al da?"

Faktore askok pizten dituzte gizakien desirak Norbaitek auto modelo berri bat ikusten duenean, antzeko bat izan nahi du Estilo berriko etxe bat ikusten duenean, antzeko bat izan nahi du Moda joera berri bat bihurtzen da ezagun, eta jendeak estilo hori erosi eta janzteko irrika du!

Nondik datoz desioak? Orduak eman nituen honi buruz hausnartzen Sailkatu al ditzakezu zure desio guztiak? Guztiak ordenatu eta onak bakarrik gordetzea lortu nuen Eta jainkozko jaunartzea lortu nuenean, konturatu nintzen nire desio on guztiak aldi berean bete zirela Gaur zerbaiten irrika duzu, eta bihar zure arimak beste zerbaiten irrika du Zure gogoa, Jainko Ahalguztidunarengandik sortua, ezin da mundu honetako ondasunekin ase, eta ez da inoiz aseko, zeren, lagun maitea, zure arimaren altxorrik preziatuena eta baliotsuena galdu duzu, zure irrika

**asetzeko eta zure desioak betetzeko boterea duen
bakarra Altxor galdu hori Jainkoa da**

Egia da badirela desio on edo beharrezko batzuk, eta horiek betetzeko lan egin behar duzula. Baina zure desio txikiak betetzen saiatzen zaren bitartean, ez ahaztu lehenik Jainkoarenganako duzun desio handiena betetzea. Desio eta betebeharrak txikiak lehenik bete behar direla dioen ustea ilusio eta engainu bat da. Oraindik gogoratzen dut nire bidaia espiritualaren hasieran atzeratzen nuela eta ez nuela aldizka meditatzen, nahiz eta neure buruari esaten nion denbora hartuko nuela horretarako. Urtebete igaro zen horrela neure buruari agindutakoa ez nuela bete konturatu nintzen arte. Berehala egin nion neure buruari zin bat, goizean egingo nuen lehenengo gauza garbitu eta gero Jainkoarengan meditatzea izango zela. Eguneroko zereginak ugariak ziren garai hartan, eta ez zen erraza horietatik ihes egitea, denbora gutxi batez ere. Horregatik, nire betebeharrak espiritualak lehenik betetzea erabaki nuen. Eta horrela, ikasgai handi bat ikasi nuen: Jainkoarekiko dudak betebeharra lehenengoa da, eta orduan bakarrik arduratzen naiz beste betebeharrak garrantzi gutxiagoko batzuei.

Zergatik ireki behar dizkio Jainkoak betikotasunaren ateak gizateriarentzat, gizateriak beste betebeharrak eta gogoeta batzuk Jainkoaren gaineratik jartzen baditu? Jainkoak hego espiritualak jarri ditu gure baitan eta espirituaren erreinetan hegan egitea espero du. Hego hauek gure irrika espiritualak, gure pentsamendu gorena eta gure iturri jainkotiarra lortzeko dugun irrika zintzoa dira.

Bilatu dezagun Jainkoa lehenik Ez da zentzuzkoa lurreko betebeharrei garrantzi handiena ematea, Azraelek edozein unetan dei baitezake arima, eta

orduan betebeharr, konpromiso, kezka eta obligazio guztiak behin betiko amaituko dira Beraz, zergatik eutsi hain gogor bizitzari?

Pertsona batek segurtasunaz eta lasaitasunaz gozatzen ari dela uste du, baina bat-batean maite duen norbait galtzen du, edo osasuna edo lana galtzen du, eta segurtasuna eta lasaitasuna alferrik galtzen dira!

Zein handia zen nire amarekiko maitasuna! Beti nirekin egongo zela uste nuen, baina bat-batean konturatu nintzen haurra nintzela utzi ninduela! Ez diogu heriotzari beldurrik eman behar, baizik eta prestatu behar izan behar diogu.

Bizitza ez da dirudiena Ez jarri zure konfiantza bertan, aldakorra, engainagarria eta etsipen eta itxaropen hautsiez betea baita Perfekzioa ezin da hemen aurkitu Ez dizuet bizitzaren irudi irreala eman nahi Mundu hau ez da paradisia Jainkozko laborategi bat da, non Jainkoak arimak probatzen dituzten ontasunaren bidez desio gaiztoak gaindituko dituzten eta bera —hau da, Jainkoa— beren desio handiena bihurtuko duten ikusteko, bere erreinura itzul daitezten

Bizitza tragedia eta komedia, hondamendi eta poz mota guztiez gainezka dago Forma amaigabeko tapiz zabala, etengabe aldakorra eta bizia da Ez dago bi gauza berdin-berdin Pertsona ororen bizitza bakarra da Banako bakoitzak ezaugarri desberdinak, pentsamolde desberdina eta desio desberdinak ditu Egunero proba berdinen menpe egongo bagina, nekatu eta aspertu egingo ginateke Paradisuak ere, beti berdina balitz, bere erakargarritasuna galduko luke Barietatea eta aniztasuna maite ditugu Paradisuaren kontzeptu tradizional nagusia guztiz okerra da Benetan aspergarria balitz, Jainkoaren

santuek eta gizon santuek Lurrera itzultzeko otoitz egingo zuten entretenitzeko ! Paradisua etengabe berritzen da modu atseginenean, Lurra, berriz, askotan etengabe berritzen den bitartean, baina modu aspergarri eta desatseginean

Hala ere, bizitza nekagarria eta gogorra izan arren, jende gehienak ohitzen da, bizitzeko beste modurik ez dagoela sinetsita. Bizitza hau bizitza espiritualarekin alderatu ezinik, ez dira konturatzen mundu honen tolesturen artean ezkutatuta dagoen mina eta nekearen neurria.

Egia esan, bizitza ez da erreala. Entretenimendua besterik ez da, ez besterik. Film zaharrak behin eta berriz berrargitaratzen diren bezala, gertaera zahar berdinak ere errepikatzen dira modu ezberdinetan. Eta bizitzaren etengabeko jarraipena izan arren, iraganeko filmetan aurkeztutako gai berdinak bata bestearen atzetik erreproduzitzen dira. Egia esan, historia errepikatzen da, eta pertsonak denboraren museoetako objektu hutsak dira.

Bizitzak bere sorpresak askatzen uztea, pozik, objektibotasunez eta urruntasunez onartzea, emozioek eragin gabe, film bat ikusten ariko bagina bezala. Bihotzez egindako barrea sendabide zoragarria da gizakiaren gaitz guztientzat.

Bizitzari erraztasunez eta erosotasunez heldu behar diozu. Hau da nire irakaslearengandik ikasi nuena. Bere ermitan nire prestakuntza espiritual hasi nuenean, aurpegi triste batekin egiten nituen nire betebeharrak, inoiz irribarrerik gabe. Egun batean, nire irakasleak hau ohartu zen eta esan zuen: "Jainkoak nahi badu, dena ondo dago! Hileta batean zaude? Ez al dakizu Jainkoa aurkitzeak kezkak ezkutatu eta atsekabe guztiak lurperatzea esan nahi duela? Ez hartu bizitza hain serio".

Irakatsi zidan gizakiaren betebeharra dela bere adimena lurreko distrakzio eta arazo guztien gainera altxatzea, Jainkoarengan askatasun osoa aurki dezan.

Bizitzako erronkei ausardiaz eta autokonfiantzaz aurre egiteko, oreka mantendu behar da poz eta atsekabeen, irabazi eta galeren, garaipen eta porrotaren artean.

Barne bakea mantentzea, gertaera guztiak gorabehera, da desira engainagarriak gainditzeko modurik onena. Hori ikasi nuen handiengandik, denboraren gorabeherak eraginik izan ez zutenengandik, baizik eta tinko eta aldaezin mantendu zirenengandik amaierara arte. Profetek ere , torturatuak izan zirenean, ez zuten beren kontzientzia sakratua galdu, ezta inori Jainkoaren maitasuna lapurtzen utzi ere. Poztasun espirituala bera babes bedeinkatua da eta gotorlekurik handiena. Proben eta atsekabeen artean, gogoratu Jainkoak eman dizkizun bedeinkapenak. Zure arima Jainkoaren tenplu sakratua da. Ez utzi ezjakintasunaren iluntasunak leku garbi hori zikintzen. Zein zoragarria den kontzientzia espiritualean, ohoratuta, duintasunez, seguru eta bakean egotea! Ez izan beldurrik ezeri eta ez gorrotatu inori. Eman zure maitasuna guztiei. Sentitu Jainkoaren maitasuna eta ikusi haren presentzia pertsona guztiengan, eta utzi zure desiorik indartsuena haren presentzia etengabea izan dadin zure bihotzean. Hau da mundu honetan bakean eta lasaitasunean bizitzeko bidea. Baina zaila da auto-asebetetze hau dastatzea, desioen haize bortitzak bihotzaren oasitik jotzen eta zuhaitzak bortizki astintzen ari diren bitartean.

Pertsona baten inguruneak moldatzen ditu desioak Gure pertzepzio sentensorialetatik jaiotzen dira

**eta pertzepzio horien mugek mugatzen dituzte Landa-
azoka batera joateak zirrara pixka bat izateko nahia
betetzen du, baina mundu mailako erakusketa bat
bisitatu eta erakusleiho desberdin guztiak ikusi
ondoren, azoka txikiak bere xarma eta
erakargarritasuna galtzen ditu Beraz, lehenik
Jainkoarekin batasunaren poza bizi behar dugu, poza
hori lurreko plazer txikiagoekin alderatu ahal izateko
Orduan, desioak izaera altuagokoak izango dira
Desira amaigabea da; desio bat betetzen denean,
beste batek hartzen du bere lekua Baina Jainkoa
aurkitzen duzunean, zure desio guztiak betetzen dira
"Bilatu lehenik Jainkoaren erreinua eta haren justizia,
eta gauza horiek guztiak emango zaizkizue (Eta
Jainkoarengan dagoena hobe eta iraunkorragoa da)"
Beraz, zergatik ez bilatu lehenik desio handiena
betetzea eta Jainkoaren eskuzabaletik onena eta
iraunkorrena jaso?**

**Jainkoak bilatzailearen otoitzari erantzuten
dionean, bere beste desio guztiak berehala eta betiko
beteko dira.**

Batzuek uste dute ez dutela desiorik. Ondo da!

**Ohartu naiz zer gertatzen den jendea merkatura
joaten denean. Baliteke erosteko gogo zehatzik ez
izatea, baina bat-batean zerbaitek arreta erakartzen
die eta pentsatzen dute: "Bai, erosi egin behar dut!".**

**Berehala erosi ez arren, gau eta egun buruan
dute, azkenean erosi arte, dirua maileguan hartu
behar izan arren. Denbora batez gozatzen dute, baina
pixkanaka bere xarma desagertzen da eta
edukitzearen poza gutxitzen da, beraz, beste zerbait
nahi dute, eta abar.**

**Batzuetan norbaitek esaten du: "Ai, diru kopuru
hori eta hori izango banu (edo auto berezi bat edo**

igerileku bat edo)", eta desio hori betetzen den bezain laster, zerbait berriaren irrika sortzen da.

Gizakiaren nahiak berez inperfektuak dira, eta, beraz, ez dira gai jabeen zoriontasun osoa lortzeko.

Munduak Jainkoa aurkitzea dela benetan merezi duen desio bakarra gogoratzea eragozten saiatuko da. Baina egunero gogorarazi behar diozu zeure buruari. Pertsona batek erretzeari uztea, gehiegi jatea uztea, gezurra esatea edo iruzur egiteari uztea erabakitzen duenean, erabaki irmoa izan behar du eta ez du zalantzan jarri behar. Ingurune txarrak borondatea hustu eta ahuldu egiten du, pertsonaren baitan desio faltsuak sortuz. Onena kentzen die eta okerrena ematen die. Lapurrekin bizi direnek uste dute hori dela bizitzeko modu bakarra. Baina jende onarekin elkartzeak adimena gauza altuagoetara bideratzen du, desio faltsuek ezin dezaten pertsona tentatu. Bizitza honetako guztia aldaketa eta gorabeheraren menpe dago. Baina hausnarketa sakoneko edo gai espiritual hutsak aztertzeko eta hausnartzeko une batzuk inspirazio iturri izango dira, bilatzaile sutua engainu eta ilusioen ozeanoaren gainetik eramanez jainkozko kostaldeetara, non "nekeak ez dien ukituko bertan, ezta kanporatuko ere".

(Atsedean handiena prestatu da nekatu direnentzat, eta egia bilatzeko ahaleginik aurreztu ez duenak irabazi du)

Benetako zoriona Jainkoaren irrika izatean eta etengabe Harengan pentsatzean datza. Iraunkortasunez, une bat iristen da non pentsamendu hori hain sendo eta aldaezin bihurtzen den, non ez dagoen gaitz fisiko, mental edo emozional batek zure kontzientzia Jainkoarengandik aldentzeko gai ez den. Ez al da harrigarria Jainkoaren kontzientziarekin

bizitzea, Harengan pentsatuz eta uneoro sentituz, eta Haren presentzia erasoezinaren santutegian geratzea, non ez heriotzak ez beste ezerk ezin duen zure barne bakea lapurtu? (Jainkoaren oroitzapenean sinesten dutenek eta bihotzak atsedean hartzen dutenek. Egia esan, Jainkoaren oroitzapenean aurkitzen dute atsedean bihotzek).

Desira guztien aurrean immune bihurtzen zarenean, betiko presentziaz gozatzen duzu

Bizitza benetan arraroa da, dena alda daitekeelako. Beraz, ez da zoriontasunaren itsasontzia bizitza honetako hondar aldakorren gainean ainguratu behar. Gure denbora igaroko da, eta orain ikusten duguna egunen batean desagertuko da. Aldaketa onargarria da, baldin eta kalte egiten ez badizu. Eta kalte egiten dizunean, bizi duzun barne-nahasmendua mezu bat da zuretzat, ez zaitezen desioek hartu. Jainkozko espirituan seguru zaudenean, denaz gozatzen duzu atxikimendurik edo menpekotasunik gabe. Beraz, Hura ezagutzen ahalegintzea oso garrantzitsua da axola zaienentzat; bestela, bizitza etsipen suntsitzailea izango da, itxaropenak modu izugarrian zapuztuz.

1935ean Indiara itzuli nintzenean, haurtzaroan maite nituen lekuak bisitatzea espero nuen, baina iritsi nintzenean, dena aldatu zela konturatu nintzen. Bizitzako etapa beste modu batera berrantolatu zen. Etsipen eta ezusteko handiena Aykapurren nuen etxe zaharra bisitatu nuenean etorri zitzaidan, non jolasten eta txoriak ikusten egoten nintzen. Gogoratzen nuen guztiarengandik zuhaitz bakarra geratzen zen. Horrelakoa da bizitza! Gauza ezagunak eta maiteak banan-banan desagertzen zaizkigu bistatik. Prest nengoen edozer emateko gure etxea haurtzaroan zen bezala ikusteko. Hala ere, Jainkoak

bete zuen nire nahia, geroago etxea ikuskera batean ikusi bainuen, non igerilekuan igeri egin genuen, eta gero goiko solairura igo, ohean etzan eta mangoak jan nituen, urte asko lehenago egin nuen bezala.

Orain, nahiak arretaz aztertu eta aztertu behar dira, ondo sailkatu, eta onak bakarrik gorde, eta nahi on horiek ere ez dute Jainkoarenganako nahirik garrantzitsuena ito behar.

Desira hori bizirik eta sutan egon behar da, eta ez da desagertzen edo hiltzen utzi behar. Gizakia ilusio handi baten pean dago Jainkoari bere lurreko nahiak betetzeko eskatzen dionean, baina ez dionean eskatzen berari agertzeko. Imajinatu etengabe gurasoei bere eskaerak onartu behar dizkien haur bat, eta bestela ez die haiei buruz galdetzen ezta pentsatzen ere. Hori eskergabetasuna eta haien adeitasuna ukatzea da, eta horretan ikasgai bat dago hausnartzen dutenentzat.

Bizitzaren liburu hau aplikatzen denean, lurreko egonaldian eskuratutako ezagutza espiritualak bakarrik lagunduko digu. Beraz, Jainkoa beti presente egon behar da gure gogoan, etengabe deituz eta inoiz ahaztuz, norberaren etorkizun espiritualaz benetan kezkatuta badago. Jainkoarekin batasunean gaudenean, desio guztiak modu misteriotsu batean betetzen direla ikusiko dugu. Baina lehenik Jainkoa bilatu behar dugu. Eskuzabala da eta dena eman digu, baina bere opariekin konformatzen ez garenean, Emailearengana berarengana jotzen dugunean bakarrik aurkituko dugu. Ezagutuko dugu gure bilaketan zintzoak bagara, harengana hurbiltzeko eta bere presentzia bedeinkatua bizitzeko gogo bizia badugu.

Pertsona batek aurkitzen duen oztopo handiena bere burua da. Isil-isilik eseri eta gai espiritualak

hausnartzen saiatzen direnean, bat-batean munduko pentsamenduak sortzen dira, arreta galaraziz eta beren helburua lortzea eragotziz. Beren pentsamenduak eta gorputzak kontrolatzen trebatu behar dute beren burua, eta horrela, paradisu eramangarri bat eramango dute ariman. Bizitzan edo heriotzan, zeruan edo infernuan, zoriontasun goren horrek lagunduko die.

Jainkoari sakon otoitz egin behar diogu, gure irrika handia isuriz, bihotzaren hizkuntzan, arimaren irrikan eta kontzientziaren xuxurlatan galdetuz, entzun eta erantzun diezagun. Baina pertsona batek erdipurdiko otoitz egiten badu eta aldi berean beste zerbaitetan pentsatzen badu —Jainkoak badakien zerbait ez dela pertsona horren kezka nagusia—, ez du erantzungo.

Lehenik eta behin Jainkoa izan behar dugu Orain da ordua Ez dugu itxaron behar, ilusioak boteretsuegiak baitira Bizitza azkar pasatzen da, eta lotsagarria da mundu hau bizitzaren helburua jakin gabe uztea Denbora librea dugunean hausnartu beharko genuke Zure otoitzak hasieran erantzuten ez badira ere, ez etsi Jainkoaren errukiaz, baina jarraitu erregutzen Otoitz egin zintzotasunez eta fidatu zure otoitza erantzungo dela

Nire bizitzan Jainkoaren otoitzari erantzuteko duen gaitasunaren frogarik handiena ikusi dut. Baina erantzun horrek ahalegina eskatzen du, ahaleginik gabe ez baita ezer esanguratsurik lortzen. Meditazioa ezinbestekoa da bizitzaren misterioak argitzeko eta Jainkoaren erreinura sartzeko.

Ohitura txarrek eta bestelako distrakzioek zure ahaleginak zapuzten eta zure erabakia ahultzen saiatuko dira. Baina zoriontsu izan nahi baduzu,

mantendu zure pentsamenduak Jainkoarengana zuzenduta, eta zure ondoan aurkituko duzu.

Lurreko plazerren desirak erakargarri magnetiko bat sortzen du, pertsona lur honetara erakartzen duena, bizitzaz bizitza. Haragira itzultzea ez da beharrezkoa Jainkoarengan beren desirak aurkitu dituztenentzat. Desira bat bete nahi dutenean, horretan pentsatzen dute, eta haien aurrean agertzen da. Nire ama agertu zitzaidan hil ondoren, eta hura ikusteak kontsolatu ninduen eta Jainkoari eskerrak eman nizkion bere ontasunagatik. Egia esan, Bera da Eskuzabalena eta Errukitsuena. Gure desirak betetzen ditu, bere maitasuna eta esker ona erakusteko, gure bihotzetan lehen lekua ematen diogunean.

Pertsona bat Jainkoarengana iristen denean, bizitzaren eta patuaren maisu bihurtzen da. Ez dugu atsedetik hartu behar jainkozko presentzia gure bizitzetan sendo ezarri arte. Berak emango digu irrikatzen dugun guztia eta proban jarriko gaitu.

Bide espiritualean dauden probak eta oztopoak asko eta handiak dira, baina proba horiek igaro eta oztopo horiek gainditzen ditugunean, esan behar dugu: "Jauna, nire otoitzak erantzun eta nire desiorik handienak bete dituzu, beraz, nire bihotza zure presentziaz aberastu da eta nire arima zure argiaz distiratsu dago".

Bakea izan bedi zurekin

Paramhansa Yogananda irakaslearen esanetatik

Jendeak bizitzako gauza batzuk uztearen ideiaz kexatzen da, nahiz eta errealitatean gauza baliotsu askori uko egiten dieten, besteak beste, lasaitasunari, eta

batzuetan diruagatik sakrifikatzen diren, eta hori kalte eta
.galeraren menpe dago

Jainkoari amore eman eta ikusiko duzu zure bizitza
.melodia erritmiko eder baten antzekoa bihurtu dela

Mundu honetatik barrura begira jarri zure baitan dagoen
.Jainkoaren erreinu zabalera

Lasaitasunaren itsasontzian, gure ametsetatik haratago
dagoen mundu horretara nabiga dezakezu, non jainkozko
iturburua etengabe isurtzen den bihotzaren eta arimaren
.sakonetik

Jauna, lagundu iezadazu bizitzako jokoan nire papera
betetzen Zuri atsegín ematen dizun moduan, ahula edo
indartsua, gaixoa edo osasuntsua, ospetsua edo ezezaguna,
aberatsa edo pobrea izan, maite nauzula eta ez nauzula
.inoiz abandonatuko jakinda

Aberastasuna pertsona bati kendu dakioke, edo kendu
ahal zaio, mundu honetatik irtetea, eta ezin du berarekin
eraman. Bere benetako balioa ekintza onuragarrietan
gastatzean eta norberarentzat eta besteentzat zoriona
ekartzean datza, Jainkoa eta norberaren kontzientzia atsegín
.duen moduan

Beren segurtasunean eta erosotasunean bakarrik
pentsatzen dutenek, besteen beharrak ahaztu edo alde
batera utziz, errealitatean noizbait izango duten pobreziaren
bila dabilta. Ekintza onetarako erabili beharrean, beren
aberastasunari heltzen diotenek ez dute oparotasunik
ekartzen ondorengo bizitzan, baizik eta pobre jaiotzen dira,
aberatsen nahi eta irrika horiekin. Baina beren ugaritasuna
eta oparotasuna besteekin partekatzen dituztenek ontasuna
.eta ugaritasuna erakartzen dituzte noranahi doazen

Borondatez merezi dutenei ematen diezunean, Jainkoa beti zurekin dagoela eta ez zaituela inoiz utziko ikusiko duzu, eta ez duzula ezer behar izango. Ez dugu ahaztu behar gure bizitzak zuzenean Jainkoak eusten dituela, eta gure gogoak, gure borondateak eta gure jarduerak Jainkoaren menpe daudela eta Harengandik indarra hartzen dutela konturatzen garenean, orduan Haren gidaritza zuzena jasoko dugu eta konturatuko gara gure bizitza bat dela Haren bizitza .infinituarekin

Meditazioak Jainkoaren existentziaren froga ematen du.

Sentsazio-olatuak gogoaren urmaetik uxatzen direnean, jainkozko zoriona sortzen da arimatik. Zoriontasun hau .dagoeneko existitzen da ariman, baina estalita dago Ai, Jauna Nire borondatea eta adimena erabiliko ditut gauza txikiak lortzeko lehenik, eta gero lorpen .handiagoetara pasako naiz

Anbizio material guztiak lortu arren, zoriontasun osatugabea baino ez du ematen — eta Jainkoa aurkituz pozaren gordailu agortezinak aurkituko ditut Eta ez da inoiz isuri eta korrika egiteari uzten Arimaren lorategi eta belardi betiberdeetan

Etxea: Garaipen Plaza

Pertsona batek bere bizitza zirrara baten atzetik bestearen atzetik igarotzen badu, ez du inoiz benetako zoriontasunaren zaporea ezagutuko. Bizi sinplea izan behar da eta bizitzari erraz heldu. Gomendagarria da pertsona batek bakarrik denbora pasatzea, noizean behin bere ekintzei buruz hausnartzea eta barne bakea praktikatzea, .sendatzea, gaztetzea eta indar berritua ekartzen baititu

Distrakzioak etengabe badaude eta beste estimulu batzuek zentzumenak bonbardatzen badituzte, nerbioek kalte egingo dute ondorioz, energia bizi-kantitate handiak alferrik galduko dira eta arima tentsio eta larritasun sentituko da. Gainera, ez litzateke besteak zuzentzeaz

gehiagi kezkatu behar; aitzitik, norbera zuzendu beharko
.litzateke besteak zuzentzen saiatu aurretik
Jakin bedi etxea dela gudu-zelairik handiena. Bere
.etxean aingeru den pertsona edonon aingeru izango da
Ahotsaren gozotasuna eta jokabide nobleak iradokitzen
duen bakea etxean beste edozein lekutan baino gehiago
behar dira

Argia distiratzten duen lekuan iluntasuna ezin den bezala
geratu, gaixotasunaren iluntasuna ere desagertu behar da
Jainkoaren argia gorputzeko zeluletan distiratzten duenean,
.eta gutxi dira egia hau ulertzen dutenak
Jendeak sendatzeko gogo handia sentitzen duenean,
bihotz nahasiarekin otoitz egiten dute Edo etsipen
sentimenduarekin, Jainkoak ez dituela haien otoitzak
entzungo pentsatuz Edo otoitz egiten dute baina ez dute
.itxaroten, beren otoitzak Jainkoarengana iritsi diren jakiteko
Hargailu akastun batekin airean emititzen den musika
entzun ezin den bezala, ezin da Jainkoagandik datozen
osasun, indarra eta jakinduria bibrazioak jaso beldurrez,
kezkaz eta antsietate, zalantza eta ziurgabetasun mota
.guztiekin gaizki funtzionatzen duen aparatu psikiko batekin
Gogora dezagun eta eskerrak eman diezazkizugun,
Jauna, behar eta oparotasun garaian, gaixotasunean eta
osasunean, iluntasunean eta argian, eta egoera guztietan.
Gogora ditzagun esker onez eman dizkiguzun ongizate
egunak. Lagundu iezaguzu fedearen begiak irekitzen,
gaixotasun eta gaitz guztiak sendatzen dituen zure argi
.bedeinkatua ikus dezagun
Nire pentsamendu onen, nire borondate onaren eta nire
jarduera emankor eta onuragarriaren itsasontziaren
kapitaina naiz. Nire bizitzaren itsasontzia gidatuko dut, beti
nire begiak nire hausnarketa sakonaren zeruan dagoen
.bakearen planeta distiratsuan finkatuta mantenduz

Nire pentsamendu sortzailearen trebetasunak erabiliko
ditut egiten dudan guztian arrakasta lortzeko. Jainkoak
.lagunduko dit neure buruari laguntzen saiatzen banaiz ere
Gaur bizitzaren lorategia ahalegin berrituarekin landuko
dut eta jakinduriaren, osasunaren, poztasunaren eta
zoriontasunaren haziak ereingo ditut bertan. Haziak fedez
eta autokonfiantzarekin ureztatuko ditut, eta Jainko
Ahalguztidunaren eskuzabaltasunaren zain egongo naiz uzta
justua emateko. Espero den uzta jasotzen ez badut ere,
esker onekoa izango naiz nire onena egiteko ahaleginetik
.datorren lasaitasunagatik
Jainkoari eskerrak emango dizkiot arrakasta izan arte
saiatzen jarraitzeko gai naizelako, bere graziari esker. Eta
eskerrak emango dizkiot nire bihotzeko desio handiena
lortzen dudanean. Ekintza noble eta duinak bakarrik egiten
.saiatuko naiz, Jainkoaren plazera bilatuz
Mundua ekaitz natural eta humanoz gainezka dago, eta
Jainkoa da babesleku sendoa eta babesleku segurua mundu
honetako ekaitz, urakan eta gaitzetatik. Jainkoa dagoen
lekuan, ez dago beldurrik edo atsekaberik. Benetako
sinestuna irmo eta harro dago bizitzaren borrokan eta
gertaeren arteko borrokan, Jainkoa berarekin dagoela ziur,
kalteetatik babesten duela eta une batez ere ez duela
abandonatzen. Horrela, beldurra desagertzen da bere
bihotzetik eta ziurtasuna nagusitzen da, inposatu ezin
.daitekeen babesa

Beldurrik ez izateak Jainkoarengan eta haren babesean
fedea izatea esan nahi du, eta haren justizian, jakindurian,
errukian, maitasunean eta nonahi dagoen lekuan fedea
.izatea

Beldurrak pertsona baten indar psikologikoa kentzen du,
adimena lainotzen du eta bihotzaren erritmo naturalak
kaltetzen ditu. Gainera, beldurrak asaldura fisikoak eta
gaixotasun psikologikoak sor ditzake. Antsietateari eta

itxialdi psikologikoari amore eman beharrean, pertsonak
ziurtatu beharko luke seguru dagoela Jainkoaren babespean,
Dena Ikusten duenaren eta Dena Entzuten duenaren
babespean, bere gotorleku menderaezinean seguru eta bere
.erruki eta zaintzaz inguratuta dagoela

Afrikako oihanean, gudu-zelaian, gaixotasun edo
pobreziaz jota, norberak konbentzitu behar du Jainkoaren
eskua edozein arrisku baino indartsuagoa dela eta harengan
babesa bilatzen dutenak babesteko gai dela. Ez dago babes-
bide eraginkorragorik. Noski, arrazoia erabili behar da
gertaerei aurre egiteko, aldi berean jainkozko laguntzan fede
osoa izanik. Fedeak ez du esan nahi ausarta ez izatea edo
zorigaitzaren aurrean zentzugabe jokatzea. Aitzitik,
gertatzen dena gertatzen dela ere, norberari baieztatu behar
dio Jainkoa bakarrik dela gai egoera zail eta nekagarrietan
laguntzeko, baldin eta bihotz, arima eta zentzumen guztiekin
.jotzen badiogu Harengana

Zailtasunak elur-jausi baten antzera erortzen direnean,
ez diegu utzi behar gure borondatea paralizatzen edo gure
ikuspegi argia eta ikuspegi jakintsu eta logikoa lausotzen.
Aitzitik, Jainkoarengan dugun fedea eta ongiaren eta
gaizkiaren gure berezko zentzua mantendu behar ditugu, eta
irtenbide bat aurkitzen saiatu. Jainkoaren laguntzarekin,
aurkituko dugu. Azkenean, gauzak hobetuko dira, Jainkoaren
boterea eta mirariak giza bizitzaren kontraesanen atzean
ezkutatuta baitaude. Zirkunstantzien saihestezintasuna
onartzen ez dutenek eta, horren ordeaz, beren adimenarekin
eta fedearekin beloaren haratago sartzen saiatzen direnek
atea irekita aurkituko dute haienezat, esku sinesle orok
.jotzen duen atea

Bizitza iluntasunean inguratuta dago, eta batzuetan
estropezu egiten dugu eta aurrera egiteko zalantzak izaten
ditugu. Jainkoaren argia izan behar da gure gidari-lanpara

bizitzaren bide ilunetan zehar ibiltzen garenean. Jainkoa
ilbetea da ezjakintasunaren eta iluntasunaren gauetan,
distira-eguzkia esnatzeko orduetan, gidaritza-argia eta
lurreko existentzia iragankorraren itsasoetan zehar
.dabiltzanentzako gida-izarra

Arazoak munduan jarraituko dute, beraz, nora jo daiteke
gidaritza eta norabide bila? Norberaren pentsamenduak,
ohiturek, aurreiritziek, joerak eta fanatismoak eraginda, ez
dute ezertarako balio, eta norberaren ingurunearen,
famiaren, herrialdearen edo munduaren eraginek ez dute
benetako gidaritzarik emateko. Beraz, Jainkoarengana jo eta
arimaren sakonetik datorren ahots lasai eta bareari entzun
.behar zaio, egiarekin harmonian dagoen ahotsari

Buruko hausnarketaren eta introspekzio espiritualaren
arteko aldea

Pertsona batek bere burua ezagutza teorikoarekin
programatzen badu, grabagailu ibiltari baten antzekoa
bihurtzen da, esaera zaharrak eta esaldi harroak
errepikatzen dituen, eta besteek ikasi eta jakintsutzat
jotzen dituzte. Baina ezagutza hori ez da egiaren pertzepzio
zuzen batek indartzen, ezta lorpen espiritualak ere.
Intelektualizazio edo intelektualizazio mota honek "norbera"
zetzumen-gogoari lotuta mantentzen du, eta hau bera
zetzumen fisikoek mugatzen dute. Ezagutza teorikoak ezin
du jainkozko ezagutza eskuratu, eta komeni da norberaren
denbora preziatua ez galtzea errealitatean aplikatu ezin
diren teorietan, norbera oihan intelektual trinko batean
.galduta aurki ez dadin, teoriaren eremua gainditu ezinik

Prozesu honek ez du egia ezagutzera eramango, egia
iritzien eta teorien haratago baitago, eta ikuspegi hau
jarraitzen duten askok beren ondorio subjektiboek mugatzen
.baitituzte

Pertsona batek bere gaitasun mentalak dirua eta ondasun materialak lortzeko soilik erabiltzen baditu, bere kontzientzia mundu materialera erakarriko da eta konplexutasun amaigabeetan korapilatuko da. Horregatik, jende jakintsuak dio pertsona batek ez lukeela Jainkoak eman dizkion gaitasun mental guztiak gauza iragankorren bilaketan eskaini behar, materialismoaren labirintoan galdu eta bere buruari muga eta oztopo beharrezkoak ez sortzeko beldurrez. Horren ordeztu, bere gaitasun mentalak bizitzako beharrak lortzeko erabili behar ditu eta bere gaitasun moralak garatzen saiatu behar du, zuzena eta okerra bereizteko, eta kaltegarria eta onuragarria dena bereizteko. Beren ikuspegi espiritualak lantzen dutenean, Jainkoa bere baitan sentitu eta materialismoaren belo trinkoen atzean ezkutatuak egia espiritualak ezagutu ahal izango ditu. .Egoera horri introspekzio espiritualak deitzen zaio

Gure kezkak edozein direla ere, Jainkoak beti izan behar du lehenetsuna gure bizitzetan. Hazkunde espiritualaren elementu garrantzitsuenetako bat Jainkoarekin etengabeko eta bihotzeko lotura da, zeinaren bidez pertsonalki eraldaketa positibo eta zoragarri baten lekuko izango zaren, .sakonki txundituko zaituena

Pertsona batek ikuskizun bat ikusi nahi duenean, edo arropa berria edo auto berri bat erosi nahi duenean, ez al da egia bere burua etengabe okupatuta dagoela? Gai horiei eta nola lortu edo lortu behar direnari dagokionez? Ez du atsedunik hartuko bere desioak bete arte, eta nekaezin .lanean jarraituko du desio horiek lortzeko

Horrela, giza adimena Jainkoaz pentsatzeaz arduratu beharko litzateke, eta orduan, desio txikiago eta txikiagoak Jainkoa sentitzeko eta harekin komunikatzeko desio sendo .bihurtuko dira

Buruak Jainkoari bihotzez eta sutsuki xuxurlatzen
dionean, arima irrikatsu baten sakonetik irteten dena

Arimaren deiak bihotz kosmikoa ukituko du, eta
.erantzuna etorriko da, poz handia ekarriz berarekin

Xuxurla intelektualak borondate-indarra lantzen du, nahi
.den helburua lortzeko nahikoa indar izan arte

Pertsona baten gogoa eta borondatea Jainkoarekin
harmonian daudenean, botere mugagabeaz hornituta daude,
eta, beraz, zerbaitetan pentsatzea nahikoa da hura
gauzatzeko, jainkozko legeak borondate gorenarekin
.harmonian daudenen alde egiten baitu

Nire bizitzako lorpen bikain guztiak Jainkoarekin
harmonian dagoen gogo baten botereari esker lortu dira.
Jainkozko sorgailua martxan dagoenean, nahi dudan guztia
gauzatzen da salbuespenik gabe, lehenik diseinu ikusezin
eta etereo gisa forma hartuz eta gero errealitatean indar
.erresistiezin batekin agertuz

.Hazkundearen sekretua

Bizi dugun esperientzia ororen bidez hazten gara, baldin
eta horietatik ikasgai baliotsuak ikas ditzakegula konturatzen
bagara. Bizi dugun min eta sufrimendu bakoitzak esanahia
.eta helburua du

Proben gogortasuna gorabehera, burdin mea urtzen
duen suaren antzekoak dira, altzairu eder, sendo eta
moldakor bihurtzen duena. Esperientziarenugar erretzaileen bidez sortzen dugun jakinduria benetan
harrigarria da. Bizitzak arazten gaitu, gure oinarrizko izaera
elementu preziatuetan bihurtuz, bitxiak bezain garbiak diren
arimekin bizitzeko aukera emanez, altzairua bezain sendoak,
baina malguak eta erresistenteak, zailtasunen eta
.zorigaitzaren presiopean hautsi gabe tolesten direnak

Haserreak desitxuratutako, basakeriak orbaindutako aurpegiak ikusten ditugunean, haien ikusmenak itsuskeria gure arimetatik uxatzeko irrika pizten digu; arima hori asmo gaiztoetatik eta gure baitako jainkozko irudi bedeinkatua lausotzen duten gorroto sakonetatik kanpo geratzen da, kedarrak ispilu bat zikintzen duen bezala. Besteen ekintza mingarriek gure portaera hobetzeko eta geure burua kontrolatzeko gogo piztu beharko lukete gudan, gure pasio .menderaezinen nagusi izan gaitezen, eta ez haien esklabo

Hitz atseginak erremedio zoragarria dira gaitz askotarako, indar magnetiko indartsua, ia magikoa baitute, bedeinkapen eta oparotasun ugari ekartzen dizkiena hizlariari. Hitz lasaigarri eta leunak erabiltzen dituztenek korronte sotil bat sentitzen dute etenik gabe zeharkatzen, lasaitasun ugariz betetzen direlarik. Hau da, korronte hori bere iturri altuagoarekin konektatuta dagoelako, etengabe isurtzen dena eta etengabe arimetara iristen dena harekin harmonian. Orduan, zoriontasun-fluxu hori bakea irrikatzen .duten arimek transmititu ahal izango diete

Egunero, pertsona batek ispiluan begiratzen du bere aurpegia ikusteko, besteen aurrean bere onenean agertu nahi duelako. Zenbat eta garrantzitsuagoa da, orduan, egunero bere buruarekin egotea eta barne-analisiaren ispiluan begiratzea, gainazal distiratsu horren azpian zer dagoen aurkitzeko! Izan ere, kanpotik erakargarria den guztiak barne-niregandik hartzen du bere xarma. Eta ez dago arimaren ispilu garbia zikintzen duen ezer haserrea, erresumina, inbidia eta gorrotoa bezalako distortsio psikologikoek bezala. Espirituaren izaeratik arrotzak diren konposatu horietatik askatzen saiatzen denak barne-.edertasunaren argia barrutik irradiatzen utziko du

Analisiaren bidez, giza arazoak hirukoitzak direla deskubritzen dugu: giza gorputzari erasotzen dioten arazoak

eta nahasteak daude, beste batzuk adimenari erasotzen diotenak, eta hirugarren kategoria bat arimaren bideak .blokeatzen dituenak

Gaixotasuna, zahartzaroa eta heriotza dira gorputzak aurkitzen dituen zailtasunak eta oztopoak. Gaixotasun psikologikoak, ordea, gogoan inbaditzen dute tristuraren, beldurraren, haserrearen, erreprimitutako desioen, erresuminaren, gorrotoaren, obsesio emozionalen, sukarrez betetako nerbio-agitazioaren eta gaitasun mentalak paralizatzen dituen minbizi psikologikoaren bidez. Gaixotasun arriskutsuena, ordea, arimaren gaixotasuna da, ezjakintasunean agertzen dena, eta hortik sortzen eta .hedatzen dira beste gaixotasun guztiak

Munduan ongia gaizkia baino gehiago dago

Zalantzak sortzen zaizkigunean, pertsona handien bizitzak gogoratu beharko genituzke. Egia da gizakiak garela, baina Jainkoak gutxitan erabiltzen ditugun botere apartekoak eman dizkigu. Beraz, zergatik dardarka egon zahartzaroaren, gaixotasunaren eta atsekabearen beldurrez? Ahal duguna egin beharko genuke gure gorputzak zaintzeko, baina ez genuke beldurrei amore eman behar edo .ezjakintasun-pilen azpian lurperatu behar

Gorputza ez da pertsona osoa

Mundu honetan ongiak gaizkia gainditzen du, Jainkoa baita botere gorena. Baina gaizkia gertatzen zaigunean, uste dugu ez dugula botererik hura kontrolatzeko edo haren .atzaparretatik ihes egiteko

Gaizkiaren ekaitzak etorriko dira nahitaez, baina haien ondorioak gainditu eta haien gainetik altxa gaitezke

Ez ziguten bizitza eman suntsitzeko, baizik eta
betikotasunaren kontzientzia txertatzeko, eta egia hau
.gogoratu behar dugu

Pentsamendu askatasunik gabe, ezin da norbera modu
garbi, espontaneo eta naturalean adierazi. Gogoratu
.funtsean libre zarela. Borondatearen indarra beti da librea

Zure borondate-indarra behar bezala erabiltzen baduzu,
karma ona sortuko dizu, baina jende gehienak ez du aldatu
nahi eta ez du ahaleginik egin nahi, beraz, zailtasunen
.aurrean erortzen dira eta ez dira gai erronkei aurre egiteko

Norberak nahi duena egitea ez da askatasuna, gizakiak
bere desioek mugatuta baitaude, eta, beraz, haien ekintzek
ezin dute askatasun deitu. Benetako askatasunak jakinduriak
gidatutako borondatearekin dena egitea esan nahi du.
Pertsona batek bere iraganeko ekintzen ondorioak kontrola
ditzake, eta ondorio horiek nahitaez etorriko dira, bere
borondatea aktibatzen badu eta ekintza on eta
onuragarrietarako erabiltzen badu. Zure ekintzak arrazoiz
eta borondatez egiten badituzu, zure aurreko ekintza
okerren indarrak ahuldu egingo dira eta zure ekintza onen
.ondoriozko ohiturak indartu egingo dira

Etengabe desiratzen dugu falta zaiguna eta
ezinbestekoak ez diren gauzei atxikitzen gara Zerbaitek
gugana iristen denean, aldi baterako galtzen dugu gure
borondate askea Ekialdekoak antzinako ohituren esklabo
diren bezala, mendebaldekoak ere ohitura modernoan
esklabo dira Geure patua sortzen dugu eta horri lotuta
geratzen gara

Zergatik jaiotzen da haur bat familia gaizto batean eta
beste bat familia on batean? Bakoitzak bere askatasuna
erabili zuen iraganean (aurreko bizitza batean) modu jakin

batean bizitzeko eta, horrela, egoera horiek ekarri zizkioten
.bizitza honetan

Ez dago benetako askatasunik Jainkorik gabe.
Berarengan pentsatu behar dugu etengabe. Gure kezkak eta
pentsamenduak edozein direla ere, Jainkoak lehen lekua izan
behar du gure bihotzetan, eta berarekin benetan lerrokatuta
gaudenean, edozein unetan egin behar duguna lortzeko
.gaitasuna izango dugu, bere jainkozko laguntzarekin

.Ikaslearentzako aholkuak

Ikasleetako batek Paramhansa irakasleari auto-
hobekuntzarako aholku batzuk eman zizkion, eta honek esan
zuen: Maitatua izan nahi baduzu, hasi zure maitasuna behar
.dutenak maitatzen

Eta besteengandik espero baduzu, izan zaitez leial eta
fidel haiekin, zuri leialak izan daitezen

Besteek gaiztakeriaz eta maltzurki jokatzeari eragotzi
nahi baduzu, ez utzi engainua zure pentsamenduetan
.sartzen, eta ez jokatu besteei kalte egiten dien moduan

Besteek zurekin sinpatia izatea nahi baduzu, hasi
.haiekiko enpatia erakusten, batez ere ingurukoekiko

Besteek errespetatzea nahi baduzu, errespetua erakutsi
.behar diezu bai gazteei bai helduei

Besteengandik bakea nahi baduzu, harmoniazko bizitza
.bat bizi behar duzu

Jendea erlijiosoa izatea nahi baduzu, izan zaitez izaera
espiritualaz eta utzi besteei sentiarazten eredu ona zarela
.eta zugean fidatu eta fidatu daitezkeela

Laburbilduz, besteek erakustea nahi duzun guztia.
Ezaugarri onetako bat zure bizitzan lehenik erakustea da,

eta ikusiko duzu jendeak modu berean erreakzionatuko
.duela zurekin

Zure bizitzan hobetu behar diren arloak identifikatzen
badituzu etsipenik edo gutxiagotasun konplexurik garatu
gabe, eta zure izaera hobetzeko etengabe lan egiten
baduzu, orduan horretan ematen duzun denbora askoz
emankorragoa izango da besteek beren burua hobetzea nahi
baduzu baino. Zure adibide positiboak eta portaera onak
zure nahiek, haserreak eta hitzek baino botere handiagoa
.dute besteak aldatzeko

Jauna, zu zara ontasun ororen iturria eta botere ororen
jatorria. Bedeinka gaitzazu, zure bedeinkazioak islatu
ditzagun gure osasunean, gure adimen-asmoetan eta gure
adierazpen espiritualetan. Zu zara izarren distira, atomoen
energia, bihotzen adeitasuna eta egiaren edertasuna.
Lagundu iezaguzu zure botere gorenaz, zure jakinduria
.infinituaz eta zure benetakotasun mugagabeaz betetzen

Jauna, aitortu dezagun zu zarela osasunaren iturria,
bizitzaren ozeanoa eta ulermen eta ezagutza ororen iturria.
Askatu gaitzazu ezjakintasunetik eta haren ondorioetatik,
beldurretatik eta kezkatik, eta utzi zure jakinduriaren
uholdeak gure bizitzetatik hondakin eta hondakin guztiak
.eramaten

Urratu, Jauna, zure aurpegia ezkutatzen diguten beloak.

Ikus zaitzagun argi distiratsu gisa, gure bizitzaren
horizontean dauden eguzki ugari bezala. Senti zaitzagun
etengabe berritzen ari den botere gisa, gure pentsamenduak
inspiratzen, gure arimak elikatzen, gure gorputzak eusten
.eta gure ametsak betetzen dituen

Amen

Jende gehienak ez daki zergatik. Lurrean daudenetik,
bizitzaren helburua desioak betetzea dela uste dute,
bizitzarako beharrezkoak diren gauzak lortzea, plazerra eta
maitasun gizatiarra bilatzea, eta azkenik, azken deitzaileari
.amore ematea

Jendeak bere bizitza programatzaile gisa hasten du
iraganean bete ez ziren joera eta desio espezifikoekin, eta
geratzen zaien borondate apurrarekin saiatzen dira besteen
desioak eta ekintzak imitatzen; negozio-gizonekin elkartzen
badira, haien antzekoak izan nahi dute; eta artistekin
.elkartzen badira, artea dena bihurtzen da haientzat

Jainkoak mundu honetan praktikoak izatea nahi du.
Gosea eman digu, eta asetzeko lan egitera behartzen gaitu,
baina janaria, aterpea, dirua eta ondasunak bakarrik
bilatzeak esan nahi du gizakiak bere zoriontasunaren iturria
.ahazten duela

Egia da gure beharrak lortzeko lan egin behar dugula
eta gure helburu legítimoak lortzen ahalegindu behar
dugula, baina lehenik eta behin, gure bihotzak Jainkoari ireki
behar dizkiogu eta haren gidaritza eta onespena bilatu
egiten dugun guztian. Orduan, ziur aski, bizitzako eskolan
arrakasta izango dugu, zeren eta guretzat onena den eta
behar duguna den Kudeatzaile eta Hornitzaile
Gorenarengandik jasoko baitugu norabidea. Horregatik, gure
konfiantza harengan jarri eta haren nahi jakintsuaren menpe
.jarri behar dugu

Paramahansa irakaslearen hitzaldietatik

Arimaren barne zoriontasuna plazer sentsual iheskorren
geruza lodi batek estaltzen duenean, espirituaren urrezko
distira ahuldu egiten da, eta arimaren gaitasun gardenak
materiaren dentsitatearen atzean ezkutatzen dira.
Norberaren gogoia jeloskortasun eta inbidiara erakartzen

denean, eta beldur eta kezka hodeiek inguratzen dutenean,
zorigaiztoko, zorigaiztoko eta garaitu bihurtzen da. Baina
arreta bera maitasunera, bakera eta harmoniara bideratzen
.duenean, zoriontasun sakona bizitzen du

Arimak zoriontasuna sentitzen du sufrimendu eta
miseriarekin nahastutako desio fisikoetatik espirituaren
bertute gardenetara aldatzen denean, gozamen sublimeekin
.beteta

Arima munduko plazer zakarretan guztiz murgiltzen
bada, axolagabe bihurtzen da poz handiagoen bilaketarekiko
eta ez da gai gozamen espiritualak bizitzeko. Askoren ustez,
plazer materialak uko egitea ia ezinezkoa da mundu honetan
edo gai materialen inguruan soilik pentsatzen duten
pertsonek artean bizitzean. Hala ere, ez da beharrezkoa
pertsona arruntak mundua utzi eta mendietara eta
basoetara erretiratzea lasaitasuna eta bakea aurkitzeko.
Aitzitik, mundu honetan geratu beharko luke, korrante
indartsuek eraman gabe, bizitza honetako olatu nahasiek
.gainezka ez ditzaten

Pertsona batek ez luke negatiboki jokatu behar bere
inguruarekiko, eta aldi berean ez luke materialismoak bere
ikusmena itsutzen utzi behar, bere izaera espiritualarekin
harremana galdu eta zoriontasunaren pozak dastatu eta
.jainkozko argiak ikusteko gai izan ez dadin
Bizitza, bere funtsarekin, osagaiekin eta helburuekin,
ulertzeko zaila den puzzle bat da, baina ez ezinezkoa
konpontzea, eta gure pentsamendu aurrerakoiarekin,
.egunero argitzen ditugu bere sekretu batzuk

Aro honetako printzipio zientifiko zehatzetan
oinarritutako gailuak ikusgarriak dira, zalantzarik gabe, eta
zientziak dakartzan aurkikuntzek bizitza hobetzeko moduen
ikuspegi argiagoa ematen digute. Baina ditugun
ekipamendu, asmakizun eta estrategia guztiak gorabehera,

oraindik ere patuaren eskuetan dauden txotxongiloak bezala
gaudela dirudi, eta bidea luzea da oraindik naturaren
.kontrolpetik askatu aurretik

Zalantzarik gabe, naturaren menpe bizitzea ez da
askatasuna. Gure gogo sutsuak ezintasun sentrazioak
gainezka eta lotzen ditu uholdeen, urakanen edo lurrikaren
biktima garela sentitzen dugunean, edo gertaerek -arrazoi
logikorik gabe- bihotzean ditugun maiteak kentzen
dizkigutenean. Orduan konturatzen gara ez ditugula
garaipen asko lortu, eta ez garela gai izan zirkunstantzia
kaltegarriak gainditzeko. Izan ere, bizitza nahi dugun
bezalakoa izan dadin ahalegin guztiak egin arren, beti
agertuko dira zirkunstantzia batzuk lurreko eszenatoki
honetan, eta gutxi dakigun gogo boteretsu batek
zuzendutako gertaerak, gure iritzi eta borondatearekiko
guztiz independenteki lan egiten duena. Egin dezakegun
.onena lan egitea eta hobekuntza batzuk egitea da

Garia landatu eta irina egiten dugu, baina nork sortu
zuen lehenengo hazia? Irinarekin egindako ogia jaten dugu,
baina nork eman zien gure gorputzei hura digeritzeko
?gaitasuna? Eta nola eraldatu janaria elikaduran

Bizitzako txoko guztietan badirudi ezinbesteko esku
jainkotiar bat dagoela. Ezin ditugu gure gaiak kudeatu hura
gabe, eta ditugun ziurtasun guztiekin ez dakigu noiz utziko
dion bihotzak funtzionatzeari. Horregatik, ausardiaz fidatu
beharra dago jainkozko botere gorenean, eta gure goi-nian
fidatu beharra dago, zeinaren arabera modelatzen garen
.ahalguztiduntasun horretatik datorren

Harrokeriarik gabeko fedea izan behar dugu, eta
.bizitzako bideetan konfiantzaz ibili

Izua eta dardararik gabe, eta larritasun eta
konfinamendurik gabe

.Alergiei aurre egitea

Sentikortasuna gainditzea arte delikatu da, eta erreakzionatzeko azkartasuna kontrolatzea garrantzitsua da .nortasun orekatu eta osoa garatzeko

Sentikortasuna gaizki-ulertuetatik, gutxiagotasun konplexutik, harrotasun puztutik eta ego gehiegizko batetik .dator

Pertsona batek bere sentimenduak mindu direla uste duenean, pentsamendu horrek bere buruan errotzen da, nerbioak piztuz, eta gero tentsio eta matxinada bihurtzen dira. Haserrea pizten da bihotzean zauritutako emozioengatik. Hala ere, pertsona batzuek beren emozioak kontrolatzeko gaitasuna dute, beraz, kanpoko seinaleak ez dira agertzen barruan duten amorru bizia izan arren. Beste batzuek beren haserrea berehalako erreakzioen bidez adierazten dute, begi-muskuluetan eta aurpegiko keinuetan agerikoa dena, eta ahozko erantzun zorrotz eta kodetuen .bidez

Gehiegizko emozionaltasunak ondorio larriak ditu; egoera zailtzen du eta ezegonkortasun desiragarria sortzen .du, besteengan negatiboki eragiten duena

Ahalegin handiak egin behar dira autokontrola eta lasaitasuna lantzeko, ulermen eta harmonia giro bat sustatuz, tentsioaren ordeztu bakea sustatzen duena eta estresaren kea uxatzen duena. Horrela egiten dutenak beren patuaren jabe izango dira eta ingurukoek esker oneko eta .errespetuzko sariak jasoko dituzte

Gehiegizko sentikortasuna jende gehienak partekatzen duen ezaugarria da, eta emozio irrazional hori pizten denean, ikuspegia itsutu eta jakinduriaren begiak lainotzen ditu. Are okerrago, gehiegi sentibera den pertsona horrek

uste du primeran pentsatzen, sentitzen eta jokatzeko ari dela,
!baina, egia esan, bere portaera guztiz okerra izan daiteke

Jende askok uste du bere buruari erruki egin behar diola
kritikatzen zaienean, eta auto-errukiak arintzea ematen
diela. Baina drogazaleek bezala, zenbat eta gehiago hartu,
.orduan eta handiagoa bihurtzen da haien mendekotasuna

Pertsona oso sentiberak askotan alferrik sufritzen du.
Gehienetan, inork ez daki bere atsekabearen kausa edo bere
kexaren izaera, eta horrek areagotu egiten du bere buruari
ezarritako isolamenduan angustia. Ezer ez da lortu irain edo
kritiketan isilean hausnartuz. Askoz hobe da
hipersentikortasun horren erroko kausak analisi
.objektiboaren eta autokontrolaren bidez jorratzea

Alergia mota honek ondorio larriak ditu; bihotza sua
bezala kontsumitzen du eta bakearen ehunak suntsitzen
ditu. Beraz, zentzuz, logikoki eta borondate irmoarekin
.jokatu behar da

Gogor lan egiten dut guztiei zerbitzatzeko, baina
hausnarketarako bakardadean erretiratzen naizenean, ez
diot inori uzten nire hausnarketa oztopatzen. Beste gai
batzuek itxaron dezakete, baina Jainkoarekin dudak
.eguneroko hitzordua ezin da alde batera utzi edo ahaztu

Edozein ekintza egin aurretik, gelditu eta arretaz aztertu
ondorioak eta zure gogoan, gorputzean eta ariman duten
eragina. Konpultsioak bultzatutako ekintzak ez dira
askapena, harmoniaren eta aurrerapenaren legeen aurkako
ekintzek norbanakoa mugatuko baitute. Alderantziz,
bereizketak eta norberaren kontzientziarekin bat datozen
.ekintzak bertutetsuak dira eta askatasuna dakar

Zerbait ona egitea erabakitzen duzunean, edo zerbait
txarra egiteari uko egitea, eta erabaki horri eusten
dionzunean eta horren arabera jokatzeko duzunean, jakin
.ezazu zure askatasun zatia ugaria dela

Jainkoak nahi du eman zaigun aukeratzeko askatasuna
erabiltzea hura bilatzeko eta aurkitzeko, baina ez du bere
.burua inposatu nahi guri

Jainkoarengana hurbiltzeko eta hura ezagutzeko nahia
ez da berez sortzen, baizik eta aktibatu eta elikatu egin
behar da. Nahi hori gabe, bizitzak ez du baliorik edo
.zaporerik

Utzi zure ikuspegi espiritualak zure pentsamendua
gidatzen eta arrakastak zurekin jarraituko du edonora
.zoazela ere

Jainkoari eskaintzen dizkiot nire ahotsa, nire eskuak,
nire oinak, nire bihotza, nire gorputza, nire sentimenduak,
nire borondatea eta dena

Maitasuna gerra guztiak amaitzen dituen arma
espirituala da

Lur honetatik haratago, betiko utzi gintuzten horiekin
.berriro elkartuko garen mundu mugagabeak daude

Mundu honetako bizitza etengabe aldatzen ari da,
atsekabea atsekabearen atzetik doa, ilusioak ilusioen
gainean. Gure kontzientziaren basamortuan agertzen den
mirari hau desagertu egin behar da, eta gure benetako nia
.esnatu behar dugu materiaren belo trinkoen azpitik

Ez saiatu zure itxaropenak bizitza honetan oinarritzen.

Non dago zure bermea? Jainkoaren ezagutzan babesten
.zarenean bakarrik zaude seguru

Arimaren funtsa lur azpian lurperatutako urre zaharra
bezalakoa da. Lurra urrea kendu eta kontenplazioaren
urarekin garbitzen denean, berriro distiratzten du purutasun
.eta argitasun osoz

Jauna, ikus dezagun zer den ona, pentsa dezagun
pentsamendu osasuntsuak eta elkartu gaitezen izaera
onekoekin. Lagundu iezaguzu zugan pentsatzen eta zu
kontenplatzen, zuzentasun ororen iturria eta ontasun ororen
.jatorria zarena

.Ahultasunetik askatasuna

Ahultasuna gaintitzeko modurik onena horri buruz
pentsatzeari uztea da; bestela, ahultasunaren ideiak zure
kontzientzia gaintituko du eta zure barnea menderatuko du.
Argia geure baitara ekartzen dugunean, iluntasuna
.desagertuko da inoiz existitu ez balitz bezala

Idea horrek inspirazio zoragarriak ekartzen dizkit

Milaka urtez iluntasunean inguratuta egon den kobazulo
batean argia sartzen denean, iluntasuna berehala
desagertzen da. Era berean, ahuleziak eta akatsak
desagertzen dira Jainkoaren argia gure kontzientzian sartzen
uzten dugunean, eta ezjakintasunaren iluntasuna ezin da
.iraun. Hau da bizi behar dugun filosofia

Atzerapena alferrikakoa da Bizitzaren gorpila ez da inoiz
biratzeari uzten, eta gure bizitzako egunak azkar pasatzen
dira Argi pentsatzen eta zentzuz jokatzten ematen dugun
minutu bakoitza gure zoriontasunean inbertsio arrakastatsu
.eta errentagarria da

Jende askok bizitza osoa diruaz, sexuaz eta ospeaz
pentsatzen ematen du, eta gutxitan jartzen dute arreta
lasaitasuna ematen dieten eta kontzientzia maila
.altuagoetara igotzen duten gauza funtsezkoetan

Pertsona baten rola zenbateraino apala izan arren,
Jainkoaren begietan arrakastatsutzat hartzen da bere
denbora zentzuz erabiltzen eta bere pentsamenduak
.norabide egokietan bideratzen badaki

Jainkoaren argia pertsona baten gainean distiratzten
denean, ez du ezer behar duenik sentitzen, gainezka egiten
dion pozak bere amets guztiak betetzen baititu eta sakonean
sentiarazten baitio aberatsen artean aberatsena eta bizitza
.honetako zoriontsuen artean zoriontsuena dela

Argiaren tunela

Pentsamendu argituek, ekintza onek, sentimendu
atseginek eta hausnarketa sakonek esnatzen duten
kontzientzia espirituala begi espiritualaren bidez senti
dezakete gorputzetik irteten direla irteeraren azken unean.
Lurreko egonaldian, yogiek begi espiritualaren tunela ikusten
dute materiaren eta espirituaren arteko mugan, eta Lurra
uztean, tunel argitsu honetan sartu eta mundu honetatik
Jainkoaren argi, poz, bake eta askatasun absolutuko erreinu
.ininitura igaro daitezke

{Argia argiaren gainean}

Gorputzaren lanpara begi [espirituala] da

Begi bakarra baduzu

Orduan zure gorputz osoa argiz beteko da

Eta argia iluntasunean distiratzten du, eta iluntasunak}

{ez zuen konturatu

Altruismoa besteen atsekabeak sentitzea da, haiengana
hurbiltzea, haiekin komunikatzea, haien zorigaitzean zinez
kontsolatzen saiatzea, haien pozaz gozatzea eta
beldurraren, beharren eta antsietatearen mamua
.haiengandik urrun mantentzeko ahal dugun guztia egitea

Altruismoaren espiritua duenak ez du kalkulu eta itxaropen mugatuen arabera jokatzeko, baizik eta bere ikuspegia eta epaiketa ona erabiltzen ditu eta bere buruari eta besteei laguntzen die, Jainkoari eskerrak emanez lortzen duen arrakastagatik. Behin edo hainbat aldiz huts egiten badu ere, ez da etsitzen, baizik eta erabaki handiagoz hartzen du, ahaleginak bikoiztuz eta saiakera errepikatuz, ideia eta bide berriak arakatuz, arrazoiaren argiak gidatuta, eta Jainkoaren laguntza bilatuz bere helburua lortu eta bere .asmo noblea lortu arte

Besteak zoriontsu egiteko lan egiten duena Jainkoak zoriontsu egiten du barne-erosotasun psikologiko baten bidez. Eta laguntzen saiatzen ari denengatik zerbait galtzen badu, ez du galeratzat hartzen, trukean Jainkoaren plazerra eta lasaitasuna lortzen baititu. Maitatzeko, lan egiteko, emateko eta ontasunaren eta bakearen haziak gizateriaren .zelaietan ereiteko bizi da

Bere mundu pertsonala pentsamendu eta sentimenduetan gaintzen duenak bere kontzientzia zabaltzen du, enpatia areagotzen du eta mundua bere etxea eta gizateria bere familia dela sentitzen du. Lur honetan duen existentziaren helburua bere burua eraberritzea dela konturatzen da, besteak eraberritzen saiatu aurretik, bere burua eraberritzen duenak besteei bere burua eraberritzen laguntzen baitie bere bizitzaren adibidearen bidez. Ekintzek eragin sakonagoa eta eragin sakonagoa dute besteen .arimetan hitzek baino

Geldialdi laburrak

:Zintzotasunaren distira

Batzuek irribarrez saiatzen dira arazoetatik ihes egiten, baina ihesaldi mota horrek kontzientzia garbia eskatzen du, hipokresia eta engainurik gabekoa. Pertsona batek bere

buruarekin eta besteekin zintzo jokatzeko duenean, eta
nobleziak eta osotasunez jokatzeko duenean, begiak argi
bihurtzen zaizkio, eta distira paregabea dario:
.zintzotasunaren distira ezinbestekoa

:Zintzotasuna

Batzuek gauza asko esaten dituzte zintzotasunaren
izenean, baina ezin diezu guztiei denari buruz hitz egin.
Aholkuak eta orientabideak eskaintzen dituztenean, batzuek
gaizki ulertzen dituzte zure hitzak eta ez dute ezer lortzen
esaten duzunarekin; alferrik galdutako ahalegina da eta
eskertu gabeko ahalegina. Kasu hauetan isiltasuna urrea da,
baina horrek ez du esan nahi inola ere gaizki egindakoaren
.inguruan isildu behar denik

:Auto-harmonia

Auto-harmonia benetan zoragarria da. Jende gehienak
badaki zein zaila den besteekin harmonian egotea, baina
inoiz pentsatu al duzu zure buruarekin harmonian egoteaz?
Izugarri zaila da, baina posible da. Zeure burua aztertzen
baduzu, konturatuko zara etengabe zaudela zure buruarekin
desadostasunean. Zeure burua maite ez baduzu, ez duzu
beste inor maitatuko. Eta pertsona bat ez badago bere
buruarekin harmonian, nola egon daiteke besteekin
?harmonian

Norbere buruaren harmonia ezinbestekoa da
munduarekin harmonia izateko. Beraz, ezinbestekoa da
zeure burua baloratzea eta maitatzea, maitasun hori merezi
baituzu. Norbera maitatu behar da, Jainkoak sortu gaituelako
eta potentzial noblez hornitu gaituelako. Barne-ni hau
maitatzeak, bertute handiko ezaugarriak betetako esentzia
honek, jokabide noblea inspiratzen du eta adimena
ezpurutasunetatik eta bihotza gaiztakeria eta erresuminatik
.garbitzen ditu

:Literaturaren iparrorratza kalibratzea

Ezin da norberaren kontzientzia engainatu, gaiztakeria justifikatu edo jokabide okerraren ondorioetatik ihes egin, beste planeta batera bidaiatuko balitz ere. Norberaren ekintzen ondorioek laguntzen dute, eta norberak zuzendu eta kalibratu egin behar du bere iparrorratz morala, orratza .beti norabide egokian seinalatzeko

Batzuek baldintzarik txarrenetan bizi dira eta, hala ere, harmonia handian daude beren buruarekin; beste batzuek, berriz, aukera guztiak eta behar duten guztia dute eta, hala ere, etengabeko gatazkan daude beren buruarekin. Beraz, ez da itxaron behar zirkunstantziak aldatzeko. Konbentzitu zeure burua ondo zaudela zure ingurunea gorabehera, agian .nahi duzunaren desberdina izan baitaiteke

Zirkunstantziek baldintzatzen dutenak gauzak aldatzeko .zain daude, eta luzea izango da itxaronaldia

Esaten da gizon batek hemezortzi hizkuntza menperatzen zituela, baina hain pobrea zen, ezen ez baitzuen irakurtzeko lanpara bat ordaindu ahal. Beraz, izkina batera joan eta kale-argi baten azpian esertzen zen irakurtzera. Egia esan, borondatearen indarrak baliabideak sortzen ditu, aukerak sortzen ditu, itxaropena berritzen du, zereginak betetzen ditu eta nahiak eta ametsak betetzen .ditu

Jainkoa ezagutzen dutenekin benetako komunikazioa haiekin harreman pertsonalaren, haien idatzien irakurketa hausnartzailearen edo haien hausnarketa sakon eta atseginaren bidez egin daiteke. Gogoratu beharreko puntu garrantzitsua: haien kontzientziarekin harmonian dago, eta .hau Jainkoarekin harmonian dago

Jainkoa maite duten arima handiekin gure kontzientzia

lerrokatzen dugunean, harmonia horrek pixkanaka gure bizitzak modu miragarri batean eraldatzen ditu. Harmonia honek ez du borondatea esklabo bihurtzen, baizik eta bere irismena zabaltzen eta bere boterea indartzen du. Hau da egoz betetako eta lor dezaketenaz kezkatuta dauden pertsonekin harmonian egotearen eta Jainkoaren eta gizateriaren maitaleekin harmonian egotearen arteko aldea, zeinen helburua haiekin harmonian daudenen arimetan jainkozko maitasuna eman eta esnatzea den. Bedeinkatu diren pertsona hauen magnetismoak jainkozko .magnetismoarekin harreman estuan jartzen gaitu

Gogoan izan behar dugu gure beharrak asetzeko ahaleginak egiten ditugun bitartean, besteei behar dutena lortzen lagundu behar diegula eta bizitzan ditugun gauza onak zorte gutxiago dutenekin partekatu. Gogora dezagun munduko familia baten parte garela eta ezin garela familia .handi hau gabe bizi

Nolakoa izango litzateke bizitza arotzik, asmatzailerik, nekazaririk eta besterik gabe? Emanez eta jasoz, eta zerbitzuak trukatzuz, Jainkoak nahi du besteengan pentsatzea eta haiekin enpatizatzea. Akats larria da norberarentzat bakarrik bizitzea, besteak kontuan hartu gabe. Gure zoriontasunaz pentsatzen dugunean, besteen zoriontasunaz ere pentsatu behar dugu. Ez gaude behartuta daukagun guztia eman behar mundu osoko familiaren ongizaterako, hori ezinezkoa baita. Aitzitik, besteekin enpatizatu eta ahal duguna egin beharko genuke haiei laguntzeko eta haien .zama arintzeko

Badago erlazio bat arrakastaren eta arimaren gogobetetasunaren artean, norbanakoak bizi den .ingurunearen testuinguruan

Benetako arrakasta zuzentasunaren printzipioekin bat datorren jokabidearen emaitza da, eta besteen zoriontasuna eta ongizatea barne hartzen ditu norberaren gogobetetzearen zati gisa. Printzipio hau bere bizitza materialean, mentalean, moralean eta espiritualean aplikatzen duen edonork arrakastaren definizio hau osoa eta .zabala dela ikusiko du

Jendeak arrakasta modu ezberdinetan pentsatzen du bizitzako helburuen arabera. Batzuetan, batzuek lapurretarekin parekatzen dute, "Lapur arrakastatsua da!" bezalako gauzak esanez. Horrek erakusten du ez dela arrakasta guztia desiragarria; gure arrakastak ez luke .besteei kalte egin behar

Arrakastarako beste baldintza bat harmonia eta emaitza positiboak ekartzea da, ez bakarrik geure buruarentzat, baizik eta abantaila horiek besteekin ere partekatu behar .ditugu

Finantza-arrakasta lortzeak ez du esan nahi merezi dugunaz gozatzea bakarrik; baita ere beste batzuei bizitza hobea sortzen laguntzeko erantzukizun morala izatea. Adimena duen edonork irabaz dezake dirua, baina bihotzean maitasuna badu, ezingo du diru hori modu berekoian erabili; .horren orde, duena besteekin partekatuko du

Dirua madarikazio bihurtzen da zikoitz eta zikoitz jendearen eskuetan, baina bedeinkapena eta oparia da .eskuzabalak eta bihotz onak dituztenentzat

Arima onek arima onak erakartzen dituzte eta haietara erakartzen dira

bizitza honetan denbora laburrerako gaudela , eta ondoren beste mundu batera goazela, eta mundu horren maila gure pentsamendu mailaren eta lurreko egonaldi

honetan egiten ditugun ekintzen kalitatearen arabera
.dela

Nor dira gure benetako senideak? Pertsona jakintsuarentzat, denok gara senideak, eta bakoitza "auzokidea". Noski, pertsona jakintsua gai da bereizteko eta ulertzen du eguzkiak ikatz zati bati eta diamante bati argia ematen dion arren, diamanteak, ikatza ez bezala, argia distiratsu jasotzeko eta islatzeko gaitasun paregabea duela. Diamante bat bezain pentsamendu eta sentimendu garbiak dituztenen konpainia bilatu behar da eta denbora eskaini behar zaio lagun zintzoak aurkitzeko. Bizitza garbi eta zintzoa dutenek garbitasunez eta zintzotasunez markatutako lagunak erakarriko dituzte, eta bereizketarik gabeko sen hutsalen arabera bizi direnek, berriz, antzeko lagunak erakarriko dituzte

Ideal eta printzipio gorenak baloratzen badituzu, komenigarria da ideal eta printzipio horietan sinesten ez duten eta pentsamenduak nahasten eta aldartea asaldatzen duten pertsonekin ez elkartzea, haien bibrazioek zure bibrazio maila jaisteko. Aldi berean, ez baztertu inor zure maitasun zirkulutik

Gainera, pertsona batek ez luke maitasuna eman bakarrik, bakea ere egin behar du, noranahi joan, harmonia eta lasaitasuna sor ditzan, ingurukoak bere presentzia atseginarekin freskatuz. Inork ez du mofeta usain txarreko baten ondora hurbildu nahi —barkatu esamoldea—, denek saihesten dute. Era berean, pertsona urduri, inpultsibo eta eztabaidazale batek besteak gogaitzen eta uxatzen ditu. Loratzen ari diren arrosak bezalakoak izan nahi dugu, bihotza gozatzen duen usain gozoa dariotenak. Saiatu gaitzen bakearen usaina eta ontasunaren haizeak zabaltzen, noranahi goazen eta bizi garen lekuan

Jainkoaren erreinua ez dago hodeien artean edo
espazioko leku zehatz batean. Begiak ixten ditugunean
ikusten dugun iluntasunaren atzean dago, eta mediatu eta
otoitz egiten dugunean, kopetan dagoen espirituaren begia
irekitzen da gure baitan, eta argi bedeinkatu bat ikusten
dugu eta gorputzeko zelula guztiak zeharkatzen dituen poza
sentitzen dugu, eta beloa altxatu dela eta Jainkoaren
.erreinurako ate sekretu bat ireki dela sentitzen dugu

Jainkoa etengabe berritzen den poza da, dena hartzen
duen poza. Bat sentitu behar dugu gure baitan bizi den eta
.ininitua inguratzen duen poza horrekin

Materia trinkoaren bibrazio-mugen atzean kontzientzia
ininitu eta guztiz inguratzailea dago, deskribapenik gabea
bere aintza, zabaltasun eta mugagabetasun osoan. Hau da
zeruko erreinua, betiereko, mugagabea eta amaigabeko
.zoriontasun kontzientea

Arimaren pertzepzioak zabaltzen direnean, eta bere
presentzia nonahi sentitzen duenean, orduan jainkozko
.espirituarekin bat egiten du

Gloria Ininitu Absolutuari, horizontean tronuratua, zerua
ozeanoarekin bat egiten duen tokian Eta gloria Ininitu
Gorenari, gure barneko bakean tronuratua; barneko
.Ininituan zentratuz, bere botere mugagabea jaso dezakegu

Liburuak aztertuz edo jendearengandik lortutako
ezagutza ezagutza mugatua da, Jainkoagandik zuzenean
lortutako ezagutzak, berriz, jakinduriaren boterea,
ziurtasunaren distira, bihotzaren lasaitasuna eta arimaren
.bakea ematen ditu

Jauna, irakatsi ieza dazu kontzentrazio sakonarekin otoitz
egiten eta meditazioa bihotzeko irriekin nahasten, eta utzi
.nire bihotza egunero Zureganako maitasun hutsak garbitzen

Karmaren mugak askatzea

mentala edo fisikoa izan, kontzientea edo ,
inkontzientea izan, eragin espezifikoa du pertsona baten
bizitzan. Iraganeko ekintzak ez dira duela egun, hilabete edo
urte egindakoak bakarrik, baita iraganeko bizitzetako
.ekintzak ere

Hilda zeunden, eta Hark eman zizun bizitza; gero
hilaraziko zaitu, gero bizitza emango dizu berriro; gero
Harengana itzuliko zara

Norberaren ekintzen ondorio onak eta txarrak Bizitza
honetan, arrasto hauek inkontzientean edo subkontzientean
gordeta geratzen dira, eta pertsona batek aurreko
enkarnazioetatik daraman (edo bere arimak daraman)
ondorioak inkontzientean haziak bezala lozorroan daude,
une karmiko zehatz batean ernetzeko eta hazteko
zirkunstantzia egokien zain. Karmaren legeak, gauzak
orekatzen dituenak, ekintza eta erreakzioa, kausa eta
.efektua, ereitea eta uzta biltzen ditu

Pertsona bakoitzak bere patua moldatzen du bere
pentsamendu eta ekintzen bidez, eta askatzen dituen
energiak, jakintsuki edo ergelkeriaz izan, nahitaez itzultzen
dira abiapuntu gisa, zirkulu bat zehaztasun osoz osatzen den
bezala. [Galdera da] borondatezko bilatzaileak bere
iraganeko ekintzen ondorio saihestezinak edo predestinazioa
deitzen dena aurrez aurre jarri behar al ditu —bere
borondatearen aurka—? Erantzuna ezezkoa da: Jainkoa
legea eta maitasuna da, eta zintzotasunez eta fede osoz
Harengana jotzen duen, bere ekintzak jainkozko legearekin
lerrokatzen dituen eta Jainkoaren maitasun baldintzagabea
bilatzen duen bilatzaileak, zalantzarik gabe, zama astunak
arintzen eta egoerak hobetzen dituen bedeinkapen
.jainkotiarra jasoko du

Jainkoak ilusioz betetako mundu honetan jarri gaitu, eta
badaki gure sufrimendua eta jasaten ditugun probak eta
atsekabeak. Gizakiok sakonago sakontzen dugu ezjakintasun
espiritualaren barne-iluntasuna bekatuan itota eta haren
sakonetik ihes egiteko indarrik gabe sentitzen dugunean.
Hobe da beraientzat beren burua zuzentzen ahalegintzea,
jainkozko errukiaren bihotzetik laguntza eta errukia bilatuz,
Jainko maitekor, errukitsu eta barkatzailearen barkamena
.esperoz

Jainkoarekin dugun lotura estua konturatzen garenean,
zer karma lotu gaitzake? Ez utzi inork konbentzitzen zure
mina eta zailtasunak zure karmaren ondorio direla. Zure
esentzian espiritu gisa, ez duzu karmarik. Aitzitik, egia hau
konturatu behar duzu zeure buruari baieztatzuz bizitzaren,
argiaren eta indar kosmikoen esentziarekin bat zarela.
Gertaera hau konturatzen bazara, ez duzu ezer beldurtzeko,
eta Jainkoak ate asko irekiko dizkizu eta aukera asko
.emango dizkizu

Zure bizitzak daraman bidearekin deseroso bazaude,
aldatu zure pentsamoldea eta kargatu zure zentzumenak
.energia positiboz eta zuk zeuk ere aldea sentituko duzu

Ez dago jendeak galdutakoagatik deitoratu eta
atsekabetu beharrik, edo beren zorigaiztoko egoerak bizitza
honetan edo iragan urrunean egindako akatsei egotzi behar
zaizkie, hori utzikeria espiritual mota bat baita. Jardun egin
behar dute eta belar txarrak errotik kendu bizitzaren
lorategitik, eta orduan lore gozoenak eta bizienak loratuko
dira eta fruitu goxoenak eta desiragarrienak emango dituzte.
.Bere graziaz, Goi-Goikoak

Jainkoari men egiteak ez du esan nahi gure borondatea
ez erabiltzea gure gauzak hobetzeko eta Jainkoak gure
egoerak ahaleginik gabe konpontzea itxarotea, Jainkoak bere
.buruari laguntzen diotenei laguntzen baitie

Kontua da Jainkoarengana nola joan ikastea gure
borondatea gidatzeko eta gure ahalegin egokiak
bedeinkatzeko eta indartzeko. Amore emateko borondate
ezaren oztopoa gainditzen dugunean, Jainkoarengan
aurkitzen dugu mundu honetan inork eman ezin digun
babesa, eta baita inongo probak gainditu ezin duen indarra
.ere

Edonork ezar dezake Jainkoarekin harreman berezi bat,
baldin eta badaki Jainkoari bihotza irekitzen eta haren
jainkozko presentzia irrikatzen, eta horrek poza eta
.ziurtasuna ekartzen ditu

Pertsona batek Jainkoaren behar sakona sentitzen
duenean, Haren gabe ezin duela bizi jakinda, Jainkoak modu
batera edo bestera erantzuten diola ikusiko du. Baina
lehenik sentimendu sendo hori landu behar du, erantzuna ez
.baita berez etorriko

Jainkoari gure bizitzan lehen lekua ematen ez badiogu,
gure kontzientzia egoera antsietatea eta nahasmena izango
da, eta ez gara gai izango bizitzaren eskakizun amaigabeei
.modu logiko eta egokian aurre egiteko

Eta zein da desira hori garatzeko modua? Zoritxarrari
edo zailtasunei aurre egiten diegun bakoitzean, eta
bihotzean astuntasun bat sentitzen dugun bakoitzean,
Jainkoarengana jo eta laguntza eskatu behar diogu, jakinda
Jainkoa maite duenak eta bere gogoan eta bihotzean
gordetzen duenak bere egoera hobetuko dela. Bere egoera
.hobera aldatzen ari da

Eterra nahasi eta irabiatzean, gure bihotzeko otoitz eta
dei zintzoekin, jainkozko erantzunaren funtsa aterako dugu,
.janaria, sendaketa eta zoriona dituen

Elikagai espirituala irrikatzen dutenentzat, iraganeko frustrazioak eta porrotak ez dira garrantzitsuak. Horietatik ikasgaiak atera daitezke, eta berriro saiatu daiteke, saiakera hasieratik errepikatuz. Arrakasta bermatuta egongo da, Jainkoaren laguntzarekin, porrotak etsitzen ez dituen guztientzat, tragediek ahultzen ez dieten erabakia dutenentzat eta fede irmoz sinesten dutenentzat. Jainkoak irauten dutenak laguntzen dituela bide onetik doazenentzat, eta itxaropena, indarra eta baikortasuna ematen dizkiela, .azken helburua lortu arte eta bizitzaren helburua lortu arte

Pentsamendua elektrizitatea bezalako indarra da, eta egoera psikologikoak. Pentsamendura eta pentsatzeko .modura itzultzen da

Elektrizitatea onuragarria eta kaltegarria da aldi berean; zentzuz erabiltzen duenak bere zerbitzura jartzen du. Bestela, elektrokutatu egin dezake. Eta berdin pentsatzen da. Bide onetik zuzentzen bada, zoriontasuna ekartzen dio .jabeari, bestela arazoak

Pentsamendua zaldi basati baten antzekoa da, baina heztea ez da ezinezkoa, eta pentsamendu positiboa .pentsamendua kontrolatzeko modu bat da

Pentsamendu ona lagun mina da eta gogo gaixoa etsai etengabea da

Pentsamendu onak bakea eta segurtasuna erakartzen ditu, eta pentsamendu osasungaitzak, berriz, jabearengan bikoiztu egiten diren gezi hilgarriak jaurtitzen ditu. Hortik dator esaera: "Saria ekintzaren mota berekoa da". Asmo onak bidaltzen dituen bitartean, bere pentsamenduak zuzi bihurtuko dira, arimaren ganberak argituz eta iluntasun pilak uxatuz, erosotasun sakona senti dezan eta bere begiek poztasun irribarre batekin distiratu daitezen! Iraun dezala .irribarrea zure begietan. Eta bakea izan bedi zurekin

Bizitza errota bat bezalakoa da, proba eta
esperimentazio emankorraren haziak ehotzen dituen
bizitzaren ogia egiteko Bide bihurgunetsu bat bezalakoa da,
alde banatan lore oparoak dituen, tximeleta distiratsuak
eta adarretan fruitu goxoak dituzten zuhaitzak, baina
gutxitan gelditzen gara Goza dezagun bere ikuspegiaz eta
dastatu dezagun bere gozotasuna; izan ere, askotan
zalantzan gaude Eremu zabalagoetara iristeko, uste dugu
ikusi ditugunak baino ikuspegi atseginagoak daudela Baina
pixkanaka urruntzen garen heinean Bide loretsu eta
emankorretatik, freskoak baino ilunagoak diren zuhaitzak
aurkitzen ditugu, eta gero loreak desagertzen dira Eta
haiekin batera, tximeletak eta baita fruituak ere, basamortu
.antzuari aurkitzeko bakarrik

Giza bizitza itsasoetako uren antzekoa da, arazu eta
fresko bihurtzen direnak. Goiko atmosferara igotzen
zarenean bakarrik. Goizeko amets baten antzekoa da,
adinarekin distiratsuagoa bihurtzen dena, gauzak orduan
argiagoak eta bereziagoak diruditelako. Bidaia baten
antzekoa da, paisaia aldatzen baita distantziak bidaiatzen
ditugun heinean. Gero, paisaia bera aldatzen da hurbiltzen
.garen heinean, eta abar

Bizitzak ez ditu jakintsuak hutsik egiten, trebetasunez
kudeatzen baitute eta gozatzen baitute, haien gaineko
kontrola hartu eta askatasuna kentzen utzi gabe. Adibidez,
uraz gozatzen dute. Eaten dute eta bertan bainatzen dira,
baina ez dute bertan itotzen uzten. Gustuko dituzten arropaz
gozatzen dute, azalekotzat jotzen diren formalitateei eta
formalitateei gehiegi atxiki gabe. Jateaz gozatzen dute,
jateko gogoak kontsumitzen utzi gabe, gehiegi jateak
gorputza ahultzen baitu eta pertzepzioak irensten baititu eta
erabat suntsituko du. Beraz, pertsona batek bizitzaz gozatu
beharko luke, baina zentzumenak murgiltzearen bidez
.agortu gabe

Besteekin ondo moldatzeak ez du esan nahi haiekin
guztiarekin ados egotea edo idealak haien mesedetan
sakrifikatzea, konformismo estilo hau ez baita desiragarria
eta ez baitator bat egiarekin. Erreformatzaileek eta gizon
handiek ez zuten bat egin Inguruko hainbeste jenderekin,
baina hala ere, beren idealari eutsi zioten, egiten ari zirena
.guztiz zuzena zela konturatu zirelako

Lehenik eta behin, norberak Jainkoarekin harmonian
egon behar du, gero norberaren kontzientziarekin eta gero
.jendearekin

Printzipioa ez da arriskuan jarri behar, eta ez da
ezkutuko motiboetara jo behar helburu jakin bat lortzeko,
.hori ez baita egokia printzipiodun pertsonentzat

Nork bizi dezake Jainkoa atsegin duen moduan? Ez egin
kalterik besteakri, ez baitute beldurrik izan behar. Ikuspegi
honek besteak asetzen ez baditu, nahikoa da pertsona bat
barrutik eroso sentitzea eta jendearen onespentik
.independente egiten duen barne-bakea sentitzea

Jainkoarengana jotzean arimaren indarra eta nahia
Magnetismo espiritualak deitzen zaio Eta magnetismo
honekin arimak bedeinkazioak eta bibrazio finak erakartzen
ditu Eta giza esperientzia on guztiak, ontasuna eta
zuzentasuna gogorarazten dizkiotenak

Magnetismo espiritualak Pertsona bereganatzen
eta erakartzen duen boterea da Lagun onak Eta gauza
funtsezko eta garrantzitsuak Eta gauzen ulermen intuitiboa
Botere hau Jainkoaren indar magnetiko erakargarritik dator

Bakearen kandela

Hartu lapiko mental bat, bete ezazu zure bakearekin

Hartu nire sentimenduen botila, bete ezazu zure
 ,errukiaz

Hartu nire arimaren saski hutsa, bete ezazu zure
jakinduriaren fruituekin

Isuri zure maitasunaren ura nire ariman, isuriko dut
 .egarri den arimaren edalontzietan

Eraitsi egoaren hormak, murgildu nazazu zure
.presentzia osoan

Maitasunaren egunsentiaren izpia

Utzi iezaiozu nire bihotzeko irekiduretatik begiratzen

Zure maitasunaren eguzki-argia ekartzen dit gogora

Nire bizitzako zeruan zehar zabaltzen

Zure maitasunaren argi distiratsua distira egin du

Neure buruaren gainean, eta argitu egin zen

Zure argiak bete zuen nire espazio espirituala

Nire gorputza eusten duen bizitza zara

Eta nire pentsamenduak inspiratzen dituen gogoak

Eta nire ezjakintasuna uxatzen duen jakinduria

Nire maitasunaren kandela mehea pizten dut

Urrezko liburua irakurtzeko

Antzinatik nire baitan gordeta

Zure maitasuna izan zen eta oraindik ere bada

Bakearen kandela ikusezina

Iluntasuna uxatzen duena eta zure mezuak erakusten
dizkidana

Bloga bihotzen orrialdeetan dago

Ager bedi zure aintza, Jauna

Zure jakinduriaren argia uxatu bedi

Ezjakintasuna, desadostasuna eta inbidia

Lurraren ertzetik betiko

Gure ahultasuna indar bihurtu

Eta ahuldu ginen erabakitasunera

Kargatu gure gorputzak elektrizitate biziarekin

Eta bete zure sendatzeko argiarekin adimena eta arima

Hartu gure eskua Zure axolagabekeriaren uretan ito ez
gaitezen, eta bete gure izatea Zure maitasunez eta
jakinduriaz. Senti dezagun zuregandik oso gertu gaudela eta
.Zure errukiaren eguzkiak etengabe distira egiten digula

Nire xuxurlatzen ari diren eta bizitzen ari diren
pentsamenduen loreak jartzen ditut

.Isiltasunaren egituran

Bere usain isila abesten du

Eta zure aintzak abesten ditu

Eta zure argi santuaren distirarekin

Zure existentziaren edertasuna ikusten dut

Nire amets zoriontsuak egia bihurtzen dira

Zure argia nire ariman distiratzen denean

Beloak jakinduriaren suarekin distiratsu daude
Zure aintza ikusten dut, eta nire poza handitzen da
Jainkoak bere argiarekin argitu zaitzala

Eta agurra arimaren partetik zuretzat

Munduak eskakizun eta betekizun asko ezartzen dizkigu,
eta haien garrantziaz eta haiek gabe bizitzearen edo haiek
gabe bizitzeko ezintasunaz konbentzitzen gaitu. Baina
oinarrizko baldintza Jainkoaren bakea lortzea izan behar da,
zeinaren iturriak ez diren inoiz agortzen eta zeinaren
iturburua ez den inoiz agortzen, eta bizitzako guztiari
.zaporea eta zentzua ematen dion

Gogora dezagun Jainkoa dela gure izatearen funtsa, eta
maitasuna dela haren aurpegi loriatsuari begiratzeko leihoa.
Jainkozko presentzia sentitu nahi duen eta irrika sublime hori
pentsamenduan eta ekintzetan elikatzen duen edonori,
Jainkoak bere eskaera beteko dio eta argi bedeinkatuak
.ikustea eragozten dieten beloak urratzen lagunduko dio

Bidean aurrera egiteko erabakia hartu duenak ez du
ezerk kikilduko, ezta oztoporik ere bere helburura iritsi eta
.bere bihotzeko nahia lortu arte

Perla eta Harribitxi Espiritualak

Besteen ahuleziak agerian uzten dituztenak eta lotsa
eta haserrea eragiten dietenak urrun daude jakinduriatik eta
epaiketa onetik. Bekatua gutxietsi behar dugu, ez bekataria,
espirituz gure anaia baita, inguratzen eta biltzen duen
ezjakintasunaren iluntasuna gorabehera. Kondenazioaren
helburua sendatzea izan behar da, ez harrotzea eta
zauritzea. Gure anaia bekataria haren lekuan eta egoeran
egongo bagina tratatuak izatea nahiko genukeen bezala
.tratatu behar dugu

Mundu honetan bere anaiaren akatsak ezkututzen
dituenak, Jainkoak haren akatsak ezkutatuko ditu
Hurrengoan

Besteak epaitzen ditugun bezala, lege espiritualak gu
ere epaitzen gaitu neurri berean. Ez genuke gehiegi espero
behar besteengandik, ezta emaitza onak espero behar
.inorengandik, nahiz eta ahal duten guztia egin

Pertsona bat erori eta estropezu egin dezake, baina
seguru egongo da bertutearen eta zuzentasunaren eskailera
.berriro igotzeko ahal duen guztia egiten duen bitartean

Egunero saiatu beharko genuke pazientearen espiritua
fisikoki, psikologikoki edo espiritualki altxatzen gure
inguruan, geure buruari edo gure senideei laguntzen diegun
.bezala

Gaurtik aurrera jainkozko legeen arabera bizitzen
saiatzen denak -zailtasunak eta miseria dakartzan bizitza
berekoiz zaharraren ordeztatu- ikusiko du, bizitzan duen rola
edozein dela ere, rol garrantzitsua izaten jarraituko duela,
baldin eta bere betebeharra ahalik eta gehien betetzen badu
antzezlan kosmikoaren zuzendariaren eta gure patu guztien
.maisuaaren norabidearen arabera: Jainko Ahalguztidunarena

Besteekin benetako zintzotasunez, benetako
maitasunez eta sentimenduekiko errespetuz elkarreragiten
dugunean, lagun onak ekarriko ditugu gure bizitzetara,
interes pertsonalek edo kalkulu berekoiek inolako kontuan
hartu gabe; bestela, ezingo ditugu gure benetako lagunak
.ezagutu

Hipokrisia eta itxurakeriak alde batera utzi behar dira,
.eta besteak nahita kaltetu gabe jokatzeari

Lagunak ez dira haserretu, gutxietsi edo antagonizatu
behar, ezta gurekin sentimendu desatseginak izateko

arrazoirik eman behar ere. Lagunak ez dira gaizki tratatu, esplotatu edo eskatu gabeko aholkurik eman behar, eskatu ezean. Aholkua eskatzen denean, zintzotasunez eta adeitasunez eman behar da, ondorioen beldurrik gabe. Lagunek elkarri laguntzen diote kritika eraikitzaile eta .anaiaren bidez

Bizitzako esperientzia zailek ez dute gure borondatea paralizatzera eta garaitzera etortzen, baizik eta gure erabakia zorroztera eta Jainkoarenganako fedea eta gure autokonfiantza indartzera. Batzuek uste dute oker esperientzia eta erronka hauek gaindiezinak diren indar suntsitzaileak direla, eta beraz, amore ematen dute. Pentsamolde osasuntsua ezinbestekoa da gure barne indarra aktibatzeko, bizitzari eta bere probei eraginkortasunez aurre .egiteko

Pertsona batek bere burua baino indartsuagoa den norbaitekin lehiatzen ez badu, ez da indartsu bihurtuko. Era berean, gure zailtasunei ausardiaz eta gogo-sendotasunez aurre egiten diegunean, indartsuago eta erresilienteago .bihurtzen gara

Gure adimenak Jainkoaren kontzientzia osoaren parte dira. Gure kontzientziaren olatuaren azpian dago bere kontzientzia infinituaren ozeanoa. Olatuak ozeano handiagoaren parte dela ahazten duenean, ozeano-botere horretatik bereizten da. Ondorioz, pertsonen adimenak ahuldu egiten dira muga materialen ondorioz eta ez dira gai lan emankorrik eta ekoizpen ugarirako. Adimenek ezjakintasunaren hautsa astintzen dutenean eta beren botereak lotzen dituzten kateak hausten dituztenean, gaiago bihurtuko dira sormenerako eta bizitzarekin elkarreragin .positiboa izateko

Idea jakin bati tinko eusten diozunean eta borondate sendoz betetzen duzunean, idea hori indar dinamiko

bihurtzen da. Eta pentsamendua dinamiko bihurtzen denean,
arrakastarako ingurune egokia sor dezake, gogoan
.marraztutako mapa ikusezinaren arabera

Jendeak huts egiten du bizitzako egoera gogorreari amore
ematen dietelako, amore eman gabe erresistentzia egin
.beharrean

Borondatea aktibatzea eta erabiltzea beharrezkoa da

Lasaitasunaren santutegian sartzen direnek Jainkoa
maite duten beste arimekin espiritualki komunikatu
daitezke, eta arrosen eta izaki bizidun guztien hizkuntza uler
.dezakete

Jauna, izan zaitez nire maitasunaren eta irrikaren
gainean tronuan dagoen Errege bakarra

Meditazioa egiten dutenek bake sakona sentitzen dute,
eta barne-lasaitasun hori mantendu behar da besteekin ere.

Meditazioan ikasten dena eguneroko jardueretan eta
besteekin elkarreraginean praktikatu behar da, inork bere
.bakea edo lasaitasuna asaldatzen utzi gabe

Ohitura on bat sortu edo ohitura txar bat ezabatu nahi
duzunean, ohitura desberdinen mekanismoak dauden
.garuneko zeluletan zentratu

Ohitura on bat ezartzeko, lehenik eta behin lasai eseri
eta meditatu, jainkozko laguntza bilatuz. Zure gogoan
borondatearen erdigunean zentratu, bekainen arteko
kopetan kokatua, eta irmoki berretsi zure garunean txertatu
nahi duzun ohitura. Ohitura txarrak ezabatu nahi dituzunean,
zure arreta borondatearen erdigunean ere jarri eta irmoki
berretsi ohitura horiek errotuta dauden ildo guztiak
ezabatzen ari direla. Arreta eta borondatearekin, ohitura
zahar eta errotuen ildo sakonenak ere ezaba ditzakezu.
Ziurtatu zeure buruari behin eta berriz garuneko eskualdetik

ohitura osasungaitzak errotik kentzeko nahikoa borondate
.duzula

Baieztapen horretarako unerik egokiena goizaldea da,
.borondatea eta arreta erne daudenean

Jarrai ezazu zeure buruari agindu guztietatik libre
zaudela baieztatzen eta egunen batean ikusiko duzu -
Jainkoaren laguntzarekin- kendu nahi zenuen ohitura
.horretatik askatu zarela

Edozein dela ere zure beldurra, uxatu zure
pentsamenduak eta utzi Jainkoari. Sendotu zure fedea
.Jainkoarengan eta fidatu zaitez laguntzeko gai dela

Sufrimendu asko kezkatik eta antsietatetik dator.
Zergatik sufritu behar duzu beldur zarena oraindik gertatu ez
denean? Imajinatu Jainkoaren babes-argia alde guztietatik
inguratzen zaituela, eta haren babes zoragarria sentituko
.duzu

Gure antsietate gehienak beldurretik sortzen direnez,
beldurra gure bizitzetatik kentzen badugu, libre sentituko
gara eta sendatzea berehalakoa izango da. Gauero, oheratu
aurretik, baieztatu zeure buruari Jainkoa zurekin dagoela,
.babesten eta zaintzen zaituela

Drama kosmiko honetan, arraza guztietako gizakiek
bizitzaren istorioa antzezten dute denboraren eszenatokian.
Bizitzaren esanahia ulertu behar dugu gure rol
.iragankorrekin gehiegi kezkatu edo obsesionatu gabe

Bizitzaren pertzepzioa askotan distortsionatua eta
desbideratua dago, egoismoaren begiekin eta horizonte
mugatuekin begiratzen dugulako. Arimaren begiekin
begiratuko bagenu, gauzak ikuspegi guztiz desberdin batetik
.ikusiko genituzke

Jakinduriaren begia irekitzen dugunean, Jainkoaren argi
osoa ikusten dugu, eta argi horretan gure izaera espiritual
hautematen dugu, unibertsoaren partikula eta atal guztiak
zeharkatzen dituen kontzientzia unibertsalaren izaeraren isla
.dena

Egia espiritualek inguratzen gaituzte, gure begi itxien
ateetan jotzen dute, iluntasunaren ordezkaria ikustera
animatzen gaituzte, ezjakintasunaren ordezkariak
jokatzera, gorrotoaren ordezkariak maitasunez gure bihotzak
betetzera eta bakea ezartzeko eta ugaritasuna eta
segurtasuna gure mundura ekartzeko lankidetzan aritzera.

Hori egiten dugunean, ezjakintasuna desagertuko da,
egoeraren desberdintasunak desagertuko dira, batasuna
ikusiko dugu erroldan eta jainkoaren nahiarekin
.harmonianago egongo gara

Jainkoarekiko dugun harremana ez da hotza edo
maitasunik gabekoa, enplegatzaile baten eta langile baten
artekoa bezalakoa. Bere familia gara, etengabeko ardura du
gurekin, eta beti entzuten gaitu. Bere izatearen parte gara,
.eta Harekin dugun harremana bizirik eta bizia da

Gure Sortzaileak maitasun, ulermen, ikuspegi,
borondate on eta indar espiritual agortezin batez hornitu
gaitu, baina gehienok aberastasun hori ezerezean xahutu
dugu. Jainkoak segurtasunean, bakean eta lankidetzan
atseginean bizitzea nahi du, familia noble eta maitekor bati
dagokion bezala, baina gutizia eta kalkulu berekoiak errotu
dira gure bihotzetan eta desadostasuna erein dute gure
.artean

Jainkoak nagusi izatea nahi gaitu, baina guk esklabo
izatea aukeratu dugu

Gizakia bere zeruko etxetik urrundu da eta
Jainkoarengandik hurbil eta Jainkoa berarengandik hurbil

sentitzearen barne-paradisua galdu du, eta ezingo du
.paradisu hori berreskuratu ahalegin pertsonalik gabe

Jainkoak bere irudian sortu gintuen, baina egia hau gure
burutik ihes egin du. Gure patua zailtasunak direla eta gure
patua suntsipena direla dioen ilusioari amore eman diogu.
Ilusioaren beloa jakinduriaren sastakaiarekin urratu behar
.dugu atzean dagoen egia distiratsua ikusteko

?Nor gara eta zein da gure benetako izaera

Gizakiek desberdintasun nabariak dituzte, bai beren
osaera psikologikoan edo emozionalean, bai bizitzan
betetzen dituzten roletan, bai egiten dituzten lan eta
jardueretan, bai sentitzen dituzten desioetan. Baina
desberdintasun horien guztien azpian gizaki orok,
salbuespenik gabe, nahi eta behar dituen bi gauza daude.
Bata mina eta nahi mota guztietatik askatzea da. Bestea
zoriontasun osoa eta iraunkorra da: asebetetze osoa, non
.bakea, maitasuna, jakinduria eta poza dauden

Egia esan, gizakiek lortu nahi dutena Jainkoa da, izen
hori erabili edo ez. Jakintsuek diote Jainkoa zoriontasunaren
funtsa eta zoriontasunaren espiritua dela, eta inork ez du
asebetetze osoa biziko iturri kosmikotik zuzenean edaten ez
.badu. Hau funtsezko puntua da giza egoera ulertzeko

?Baina non bilatzen du jendeak bilatzen duena

Munduko gauzetan bakarrik bilatzen dute: ondasunetan,
kanpoko egoeretan eta beste pertsonekin ditugun
harremanetan. Baina ezinezkoa da mundu honetako ezertan,
inorengan edo edozein egoeratan aurkitzea, sorkuntzaren
.izaera bera kontuan hartuta

Sorkuntza dualtasunaren printzipioan oinarritzen da
Ezinezkoa da kolore bakarreko irudi bat izatea, ez baitago
modurik bere aurkakoa gabe moldatzeko Era berean,

ezinezkoa da existentziaren edozein alderdi dualtasunetik
isolatuta existitzea Hala ere, pertsonak motibatzen dituzten
desioak aztertuz, ikusten dugu bakoitzak gauza onak,
atseginak, ederrak eta positiboak bakarrik nahi dituela, ezer
desatsegin edo desiragarriarik ez izateari aurre egiteko
inolako gogorik gabe Baina hori ezinezkoa da

Mundu dualista honetan, ez dago plazerrik mina gabe,
ez argirik iluntasunik gabe, ez onik gaizkirik gabe, ez
bizitzarik heriotza gabe. Txanponaren bi aldeak
bereiztezinak dira. Horrek esan nahi du gure baitan
.sakonean irrikatzen duguna ezin dela mundu honetatik lortu

Jendeak bilatzen du —bai, beren indar guztiarekin
bilatzen dute— baina ez dute bilatzen dutena aurkitzen, eta
horrek etsipena eta itxaropenik eza sortzen ditu. Horrek ez
du etsipena bakarrik eragiten, baita haserre handia eta
haserre bizia ere, eta ondorioz, indarkeria ekintzak. Hori
guztia gertatzen da bilatzen dutena leku egokian bilatzen ez
dutelako, eta, ondorioz, ez dute aurkitzen beren bihotzek
.nahi dutena

Gure garaiko jendeak ez daki asko bizitzaren esanahiari
eta xedeari buruz, eta, beraz, nahasmena eta nahasmena
.jasaten dituzte

Berez, gizakiak helburu bat duten izakiak dira. Bizitzan
helbururik ez badute, eta beren adimena, energia,
borondatea eta emozioak modu positibo eta eraikitzailean
zuzentzen ez badira, bide suntsitzaileetara joko dute, hala
nola alkoholaren eta drogen gehiegizko kontsumora,
indarkeriara jotzera, eta abar. Bizitzaren azken helburua
Jainkoa ezagutzea da, eta norbanakoei dagokie beren rolak
eta kanpoko jarduerak harmonizatzea ekintza zuzenen,
ikuspegi sendoen, jarrera positiboen eta beren emozioen
.bideratze onuragarriaren bidez

Gure izaeraren bi alderdi hauek —barneko edo alderdi
espirituala eta kanpoko alderdia— ez dira kontrajarriak,
behar bezala ulertzen badira. Aitzitik, elkarri laguntzen diote
eta gure gaitasun eta potentzial fisikoak, psikologikoak,
emozionalak eta espiritualak garatzen eta hobetzen
.laguntzen digute

Jendea hutsune handi batean bizi da, estimulazio
intelektualik edo psikologikorik gabe. Aspertuta sentitzen
dira helburu faltagatik eta beren bizitzari balioa eta zentzua
eman diezaiokeen ezeren faltagatik. Batez besteko pertsona
gai izan daiteke psikologikoki eta mentalki osasuntsua balitz
?bezala funtzionatu eta jokatu, baina zoriontsuak al dira

Bizitzaren helburu nagusia nor garen eta zein den gure
benetako izaera jakitea da. Bizitzaren alderdi sakonenei
merezi duten arreta ematen badiegu, zoriontasuna sentituko
dugu ezinbestean, gizakiaren zoriontasuna norberaren buru
espiritualarekin konektatzearekin lotuta baitago, eta hori
.gabe ez dugu existentziarik edo izaterik

Porrotaren edo gaixotasunaren beldurra etengabe
pentsatzeak elikatzen du, porrotaren ideia kontzientetik
subkontzientera igaro eta azkenean goi-kontzientziara iritsi
arte. Ondoren, subkontzientean eta goi-kontzientzian
errotuta dagoen beldurra ugaltzen eta hazten hasten da,
kontzientea beldur-belarrez bete arte, eta hauek ez dira
ernetzen hasten den hasierako pentsamendua bezain erraz
ezabatzen. Belar kaltegarri hauek, azkenean, fruitu pozoitsu
eta hilgarriak ematen dituzte. Zorionez, bere sustraiak
barrutik ezaba daitezke ausardian arreta handia jarritz eta
Jainkoarengan fede absolutua txertatuz, eta Jainkoarengan
fedea txertatuz, gai baita bere buruari lagundu eta
.kalteetatik babestu nahi dutenei laguntzeko

Bazen behin, itsasoaren gainazalean burbuila txiki bat
flotatzan ari zen, ekaitz eta tximistaz mesfidati, ahots bat

xuxurlatzen entzun zuenean: "Bizitzaren burbuila txikia, zer
"?gertatzen zaizu

Ez al dakizu bizitzaren ozeanoaren parte zarela?

Burbuila txikiak ingurura begiratu eta konturatu zen
.horretaz

Giza kontzientzia burbuila txiki bat bezala flotatzen da
kontzientzia kosmikoaren itsasoaren gainazalean, burbuila
iragankorra dela pentsatuz, gaixotasunaren, pobrezia-aren eta
heriotza-aren beldurrez dardarka. Ai burbuila, beldur al diozu
ozeanoari? Begiratu ingurura eta behatu arretaz. Aldatu zure
ikuspuntua zure ingurune hurbiletik Jainkoaren eremu
ininitura. Sakondu, zabaldu zure ulermena, jakin eta ziur
egon zaitez. Bat zarela bere itsaso zabalarekin, eta
Jainkoa zurekin dagoela. Babesten zaitu, eusten zaitu, orain
.eta beti

Tranpak eta tranpak saihestea

Bihotzean desio sendo bat sentitzen duzun bakoitzean,
hura betetzera bultzatzen zaituena, erabili bereizmena eta
galdetu zeure buruari: "Bete daitekeen desio ona al da hau,
ala oharatu behar ez den desio txarra?". Desio material
osasungaitzek gure ohitura txarrak sustatzen dituzte
itxaropen faltsuak eta zoriontasun ilusorioa emanez. Kasu
horietan, bereizmenaren boterea erabili behar da egia
agerian uzteko. Ohitura txarrek, azken finean, zoritxarrera
eramaten dute. Beren benetako izaera agerian geratzen
denean, indargabe bihurtzen dira pertsona bat
sufrimenduaren tranpetan eta miseriaren tranpetan
.harrapatzeko

Hausnarketak eta istorioak

Bizitzan eta heriotzan, atsekabe eta hondamendietan,
Zuregan dudan fedea, Jauna, sendo eta sendo mantentzen
.da, irmo eta astintzezin

Nire irrika eta erregu bakoitzak ateak eta leihoak
irekitzen ditu nire ariman, eta horietatik Jainkoaren
.zoriontasunera igarotzen naiz

Eguzkiak leku jendetsuenetan distiratzten duen bezala,
jainkozko maitasunaren izpiak ikusiko ditut nire bizitzako
.arlo guztietan eta eguneroko jardueretan

Bedeinka nazazu, Jauna, egunsentiarekin batera nire
.arima esnatu eta zure atari bedeinkatura eraman dezadan

Orein muskatuaren istorioa

Musk usain indartsua duen substantzia preziatua da,
Himalaia garaian bizi den orein muskatuaren zilborrean
.aurkitzen dena

Oreinak adin jakin batera iristen denean, musk
liluragarria bere zilborretik isilpean isurtzen hasten da, eta
oreina usain erakargarri horrekin asaldutzen da eta dantzan
.hasten da usain atsegin horren iturria bilatzen

Leku batetik bestera mugitzen da, harkaitzen artean eta
zuhaitzen azpian usaintzen, usain zirrargarri horren iturria
.nonahi bilatuz

Azkenik, haserretu, asaldatu eta antsietate handiagoa
sentitzen du hitzik gabe geratzen denean eta irrikaz eta
.grinaz bilatzen ari dena aurkitzen ez duenean

Muskaren iturrira iristeko azken saiakeran, harkaitz-
labar garaietatik haran sakonera salto egiten du bere patuari
aurre egiteko eta heriotza aurkitzeko, eta une horretan
ehiztariek harrapatu eta muskaren zakua edo guruina
.ateratzen diote

Zentzu honetan, poeta argituetako batek honelako
:zerbait errexitatu zuen

!Ai orein muskatua, ergela
?Zergatik sufritzen ari zara? Zergatik zaude logabe

Musk hau eskuragarri dago
!Sabel-zakuarekin, ergela
Sudurrarekin ukitu arren
Zuregandik dator usain sekretua
Espero zenuena irabaziko zenuke

Eta gastatu gabe bizi izan zinen

Ez al duzue uste, lagunok, jende gehienak orein
muskatuak bezala jokatzeko duela? Beti eta beti bilatzen dute
.zoriontasuna beren buruetatik kanpo

Bai, zoriontasuna jolasean bilatzen dute, eta desio eta
irriketan nekearen nekea agortu arte murgilduz.
Aberastasunaren bide irristakorretatik igotzen dira,
azkenean itxaropen handien amildegietatik frustrazioaren
eta porrotaren harkaitzetara salto egin arte, beren arimaren
sakonuneetan gordetako benetako zoriontasuna aurkitu ezin
.dutenean

Gure pentsamenduak barrura begiratzen baditugu eta
sakon hausnartzen badugu, arimaren lasaitasunean
aurkituko dugu bilatzen dugun benetako eta iraunkorraren
.zoriontasunaren iturria

Ez dugu orein muskatua bezalakoa izan behar,
zoriontasunaren bila leku okerretan hiltzen. Aitzitik, erne
egon behar dugu eta zoriontasuna geure baitan aurkitzen
.saiatu behar dugu, ez geure kanpoan

.Botoiaren istorioa

Behin gizon bat etorri zitzaidan bihotzeko gaixotasun
:kroniko bat zuela esanez, eta gaineratu zuen

Gauza asko probatu ditut, baina ez naiz gai bihotzeko"
"mina kentzeko

Lasai pentsatu ondoren, guraizeak ekartzeko eskatu
:nion. Dardarka begiratu zidan eta esan zidan

?Nire bihotza irekitzeko asmorik al duzu, jauna—

Barre egin eta erantzun nion: "Ez naiz medikua. Entzun
al duzu inoiz norbaitek guraizeak erabiltzen dituela
"!ebakuntza egiteko

Azkenean, nahi gabe guraizeak ekarri zituen, beraz,
berokiko botoi bat moztu nion eta esan nion ez josteko beste
botoirik haren ordeaz, eta ez jartzeko eskua botoia falta zen
tokian. Bi aste barru itzultzeko ere esan nion, eta espero
.nuen denbora horretan sendatuko zela

Gizonak barre egin eta esan zuen: "Eskatu duzuna
egingo dut, zutaz fidatzen naizelako, baina uste dut inoiz
"!errezetatu didaten sendagairik arraroena dela

Bi aste geroago korrika etorri zitzaidan eta, harrituta,
:esan zidan

Espezialistek ziurtatu zidaten bihotzeko gaixotasunetik"
sendatuta nengoela. Beraz, Jainkoarren, zer egin zenuen?
"?Botoi batetik jeinu bat atera zenuen

Irribarrez erantzun nion: "Bai! Zure eskua etengabe
botoiarekin jolasean ari zen, eta botoia bihotzarekin
."lerrokatuta zegoen

Botoi hori zen zure bihotzeko mina eragiten zuen jeinua.
Beraz, botoia moztu eta esan nizun ez ordezkatzeko edo

eskua bihotzean jartzeko. Horrela, zure bihotzak presioa
!arindu zuen eta minik egiteari utzi zion

Dena azkar doa, eta jendea gauza askorekin lanpetuta
dago. Jakina, hobe da munduko oparotasuna biltzea denbora
galtzea baino, sasoia pasatzen utzi eta esku hutsik amaitzea.

Baina bildu behar dena bizitzako uztarik oparoena da:
Jainkoarengana hurbiltzea eta hura ezagutzea. Benetako
zoriontasuna lortzeko modu bakarra mundu honetan zerbait
.lortzea eta arrakasta espirituala lortzea da

Jainkoa ezagutzen dutenek ez dituzte eguneroko
betebeharrak hasten Jainkoarengan meditatu eta beren
gogoak eta gorputzak bedeinkatutako energia
.jainkotiarrarekin kargatu aurretik

Munduko eskakizun askok beren helburu espiritualak
bilatzen dituztenak uxatu eta aukeratutako bidetik
desbideratu ditzakete. Baina erabaki irmoa dutenek ez dute
ezerk bidetik ateratzen uzten; erabakitasunez irauten dute
.egoera zail edo kaltegarriak gorabehera

Munduak edozer eman arren, ez du gure bihotzen irrika
asetuko, munduko altxor eta aberastasun guztiek baino
egonkorragoa, garrantzi handiagoa eta preziatuagoa den
.zerbaiten irrika baitute

Pertsona bat hiltzen denean —luz bizi zaitezela—,
lurreko inongo boterek ezin du ezer egin haren alde. Nork
lagundu gaitzake mundu hau utzi ondoren? Jainkoa. Beraz,
beti gogoratu behar dugu mundu hau gure zeruko etxerako
bidaian geldialdi bat besterik ez dela, non betiko biziko
.garen Errukitsuenaren aurrean

Gehiegizko aberastasunak ez ditu osasuna, bakea eta
eraginkortasuna bermatzen, baina bakea eta

eraginkortasuna lortzeak arrakasta orekatua ekarriko du bai
.maila espiritualean bai materialean

Jende gehienak eraginkortasun mentala garatzen du
arrakasta materiala lortzeko soilik. Baina pertsona bat bere
buruaren jabe bihurtzen denean eta bere ahalmen
psikologikoak kudeatzen dituenen eta jainkozko planaren
arabera jokatzeko duenean, bere bizitza bedeinkatua izango
da, eta espirituaren nektarra dastatuko du lur honetan
dagoen bitartean. Ez da gehiago ohitura eta desioen preso
izango, baizik eta bere kontzientzia jainkozko presentziaren
bihotzean eraldatuko da, eta han biziko da deskribaezina
.den plazer berrituz gozatuz

Gorputza da farmaziarik handiena

Medikuntzako ikertzaileek aurkitu dute poz izugarria
sentitzen dugunean, gorputzak antidepressiboak eta estresa
murritzten duten beste substantzia batzuk sortzen dituela,
medikuek agindutakoak bezain indartsuak eta eraginkorrak
direnak. Gorputza Lurreko farmaziarik onena da, gauza
egokia une egokian ekoizteko gai dena, Jainkoak guregan
.jarri duen oreka espiritualarekin harmonian gaudenean

Ez da estres guztia kaltegarria; estresak gure
gorputzetan zehar doan energia bizia esnatzen du eta
jarduera eta mugimendua estimulatzeko ditu. Ikerketek
.frogatu dute estres kopuru egokia onuragarria dela

Baina arazoa sortzen da estresak maila osasungarria
gainditzen duenean

Bakoitzak estresarekiko muga pertsonal bat du, eta
muga hori gainditzen denean, behar baino estresatuago
bihurtzen gara, eta baliteke horretaz ez jabetzea
gorputzean, emozioetan eta buruan arazoak agertzen hasi
.arte

Jainkoarekin bizitza poza eta zoriona da, Jainkorik gabe,
berriz, antsietatea, nahasmena, zailtasunak eta baita
hondamendia ere badaude. Beraz, nola aurki dezakegu
bakea eta lasaitasuna hondamendi eta tragediek
menderatutako bizitza batean, eta nola ekarri zoriontasun
?pixka bat lur honetara

Lehenengo baldintza bizitzaren presioen jakitun izatea
.da, haien eraginpean gaudenean

Jainkoa Guztiz Jakintsua eta Guztiz Jakituna da, eta gure
gorputzak erosotasuna, ondoeza, lasaitasuna eta antsietatea
bezalako seinalez hornitu ditu, eta seinale horiei erreparatu
behar diegu. Gure gorputzean adimen jainkotiar bat dago
zerbait esaten saiatzen dena, eta mezu hauei entzun behar
diegu estres edo atsedeen garaian. Estresatuta sentitzen
zarenean, zentratu zure burua estresa jasaten ari den
gorputzeko atalean, gero arnasa sakon hartu eta, aldi
berean, astiro-astiro tentsatu zati hori bibratu arte. Ondoren,
erlaxatu eta askatu tentsioa. Horrek gorputzean energia eta
bizitza-oreka mantentzen lagunduko du eta estresaren
.ondorio kaltegarrietatik babestuko du

Arnasketaren bidez ere kudeatu dezakegu estres
emozionala. Beldurra edo beste edozein emozio kaltegarri
sentitzen duzunean, hartu eta bota arnasa poliki, sakon eta
erritmikoki hainbat aldiz, zure gorputza arnasa botatzean
erlaxatzen utziz. Horrek bihotz-taupada azkarrak moteltzen,
odol-zirkulazio normala berreskuratzen, nerbio-energiaren
fluxua errazten eta zure burua lasaitzen eta pentsamenduak
.argitzen lagunduko dizu

Bizitza ez da larrialdi egoera bat; jainkozko adierazpen
eder bat da, eta gozatu egin behar dugu. Gogora dezagun
irribarrea botere bat dela; erabiltzen ez badugu, bizitzaren
.alderdi garrantzitsu bat galtzen dugu

Gizakiak emozio eta sentimenduak dituzten arimak dira,
eta jantzi edo beroki baten antzera janzten duten gorputza
dute. Baina gorputzaren eta emozioen mailan soilik bizi
garen bitartean, estresaren eta tentsioaren eragin
.negatiboaren menpe egongo gara

Gure funtsezko izaerarekin, hau da, espirituarekin,
harmonian gaudenean, espirituaren poza bihotzera isurtzen
da eta maitasun bihurtzen da. Maitasun hau sentitzea,
arimaren bake eta lasaitasunarekin lotuta, eta haren eragin
harmoniatsuaren pean jardutea eta elkarreragitea da tentsio
eta kontraesanez betetako mundu batean naturalki bizitzeko
modurik egokiena. Poztasun honekin harmonizatzea da
.bizitzako arazoen konponbidea

Oharra: "Gorputzak estresa eta tentsioa murrizten
dituzten antidepresiboak eta beste substantzia batzuk
sortzen ditu, medikuek agindutakoak baino indartsuagoak
eta eraginkorragoak ez direnak" adierazpenari dagokionez,
hau ez da aholku eta errezeta medikoak baztertzeke
.aholkua, beraz, argitzeko beharra dago

Ekuazio magnetikoak

Presentzia sendoa eta joera gaiztoak dituen pertsona +
bihotz onekoa baina borondate ahulekoa = magnetismo
gaiztoa adeitasunaren gaintetik nagusitzen da

Joera gaiztoak dituen borondate ahuleko pertsona +
joera onak dituen borondate sendoeko pertsona =
magnetismo onak gailentzen du gaiztoa

Magnetismo espiritual ahula + biomagnetismo gaiztoa =
magnetismo gaizto handia

Indar moral handia + indar moral ahula = indar moral
handiagoa

Pertsona haserre eta bortitza + pertsona leun eta jatorra = haserrearen magnetismoak leuntasunaren gainetik gailentzen da

Temperamentu sendoa, orekatua eta lasaia + batzuetan atsekabea izateko joera duen temperamentua = lasaitasunaren magnetismoa nagusitzen da

Akats kroniko errotua + akats gutxiago errotua = akats magnetismo handia

Arrakasta positibo handia + arrakasta positibo gutxiago = arrakasta hobetua

Huts-bibrazio handia + arrakasta-bibrazio handia = huts-magnetismo handia edo arrakasta-magnetismo handia, ingurunearen eta baldintzen arabera

Adimen sendo eta osasuntsua + ezjakintasun osoa = edo maltzurkeria eta trebetasuna edo ezjakintasuna eta ergelkeria

Botere espiritual bikaina + botere praktiko bikaina = Magnetismo espirituala - benetan botere praktiko bikaina

Jendeak inguratzen dituen eterrean dauden izaki planetarioen ugaritasuna ikusiko balu, agian batzuek beren maiteak aurkitzen saiatuko lirateke. Jainkoak nire begi espiritualak ireki ditu, eta lurreko erreinua utzi duten arima horietako asko ikusten ditut. Begi espiritualean (kopeta erdian) sakonki zentratuz, barne-ikuspegiarekin ikus daiteke plano eterikora igo diren arima on guztiek bizi duten mundu .distiratsua, Errukitsuenaren presentziara

Gizakietan, bihotzak haririk gabeko hartzaile gisa jokatzen du eta begi espiritualak transmisore gisa. Zure maiteak hildakoak ikusi ezin badituzu ere, zure sentimenduak lasai bihotzean zentratzen badituzu, zure

maite dituzunen presentzia senti dezakezu, orain gorputz
etereoetan bizi direnak, Jainkoaren bakeaz eta segurtasunaz
gozatzen dutenak eta gorputzaren mugapenetatik
askatasunaz pozten direnak, horrela erosotasuna aurkitzen
.duzu haien bakean eta zure bihotza lasaitzen da haiekin

Jainkoaren izena ahoskatzen dudanean, nire izate osoa
poz gorenean urtzen da. Baina egoera hau ahalegin handi
baten ondoren bakarrik etorri zitzaidan. Hasieran, ez nintzen
irrikatsua, nire burua noraezean baitzegoen orduan. Baina
orain, nire pentsamenduak eta kontzientzia zentro
espiritualean —bekainen arteko espazioan— zentratzen
ditudan bezain laster, pentsamendu guztiak desagertzen
dira, arnasketa bere kabuz gelditzen da, bihotza taupadaka
gelditzen da, gogoaren nahasmena baretzen da eta
izatearen egoerak arimaren gainera jaisten dira, eta horrela
estasi espirituala bizi dut eta jainkozko zoriontasunean
.inguratzen naiz

Urrezko esaerak

Zoriontasuna nire eskubidea da, nire ondarea eta nire
jainkozko altxor ezkutua. Gidatu nazazu erregeen ametsak
.gainditzen dituzten altxorak nire baitan aurkitzera

* * *

Bizitza erritmo erregularreko mugimendu adimentsua
da. Objektu bizigabeetan moldatzen da, edo forma bizidun
eta mugikorra hartzen du. Bizitza guztiz hartzen du eta dena
.zeharkatzen du

* * *

Maitale Handiena, zu zara bizitza, zu zara nire helburua
eta nire nahia

* * *

Egin nazazu arrosa loratu bat zure zeruko lorategian,
edo ale distiratsu bat zure maitasun distiratsuko lepokoan,

edo eman iezadazu ohore handiena: zure bihotzeko lekurik
.txikiena
* * *

Besteek ongia egiteko nire ahalegina estimatzen duten
lekuan, horixe da nik zerbitzurik onena eman dezakedan
.lekua
* * *

Ehundu dezagun ametsen alfonbra urreztatua
oroitzapen gozoen eta pentsamendu finduen hari
zetatsuekin
* * *

Maitasuna lixa-papera bezalakoa da, adimena leuntzen
.duena eta izaerari zakartasuna kentzen diona
* * *

Pandemiak, hondamendiak eta naturan gertatzen diren
aldaketa bortitzak, hondamendia, suntsipena eta kalte
orokorrak ekartzen dituztenak, ez dira "jainkozko
dekretuak". Hondamendi hauek gizakien pentsamendu eta
ekintzetatik sortzen dira. Munduko ongiaren eta gaizkiaren
arteko oreka delikatua gizakien asmo txarrek eta
gaiztakeriek eragindako uhin eta bibrazio kaltegarrien
metaketak hausten duen lekuan, kaosa nagusitzen da eta
.suntsipen orokorra gertatzen da
* * *

Jende guztiengandik onena hartuko dut, eta
nazionalitate guztien ezaugarri onak estimatuko ditut, haien
.akatsetan arreta jarri gabe
* * *

Eguneroko janariaren balio nutrizionalaz arduratzen
garen bezala, egunero gure buruari ematen dizkiogun
.mantenugai psikologikoei ere erreparatu beharko genieke
* * *

Hitz atseginak erremedio zoragarria dira gaitz
askotarako, indar magnetiko indartsua, ia magikoa baitute,
bedeinkapen eta oparotasun ugari ekartzen dizkiena

hizlariari. Hitz lasaigarri eta leunak erabiltzen dituztenek
korronte sotil bat sentitzen dute etenik gabe zeharkatzen,
lasaitasun sakon batez betetzen direlarik. Hau da, korronte
hori bere iturri altuagoarekin lotuta dagoelako, iturri horrekin
harmonian dauden arimetara iristen den fluxu konstante bat,
bakea nahi dutenei zoriontasuna transmititzeko aukera
.emanez

* * *

Zenbat hitz onek uxatu dituzte bihotzeko atsekabe asko
eta zenbat ahots jakintsuk argitu dituzte bide ilunak poz eta
!lasaitasun lanparekin

* * *

Bizi dugun esperientzia ororen bidez hazten gara, baldin
eta horietatik ikasgai baliotsuak ikas ditzakegula konturatzen
bagara. Bizi dugun min eta sufrimendu bakoitzak esanahia
.eta helburua du

* * *

Esperimentuen gogortasuna gorabehera, burdina urtzen
duen sua bezalakoak dira, altzairu eder, iraunkor eta
.polifazetiko bihurtzeko

* * *

Nire bizitzako lorpen bikain guztiak Jainkoarekin
harmonian dagoen gogo baten botereari esker lortu dira.
Jainkozko sorgailua martxan dagoenean, nahi dudan guztia
gauzatzen da salbuespenik gabe, lehenik diseinu ikusezin
eta etereo gisa forma hartuz eta gero errealitatean indar
.erresistiezin batekin agertuz

* * *

Adimenak Jainkoari bihotzez eta sutsuki xuxurlatzen
dionean arima irrikatsu baten sakonetik, espirituaren deiak
bihotz unibertsala ukituko du, eta erantzuna etorriko da,
berarekin batera poz izugarria ekarriz. Xuxurla intelektual
honek borondatea lantzen du, nahi den helburua lortzeko
.beharrezko indarra izan arte

* * *

Pertsona baten gogoa eta borondatea Jainkoarekin
harmonian daudenean, botere mugagabeaz hornituta daude,
beraz, zerbaitetan pentsatzea nahikoa da hori lortzeko,
jainkozko legeak borondate gorenarekin harmonian
.daudenen alde egiten baitu

* * *

Pertsona batek ez luke Jainkoak eman dizkion gaitasun
intelektual guztiak gauza iragankorrak bilatzeari eskaini
behar, materialismoaren labirintoan galdu eta bere buruari
muga eta oztopo beharrezkoak ez sortzeko beldurrez.
Horren ordeaz, bere gaitasun intelektualak erabili behar ditu
bizitzako beharrezkoak diren gauzak lortzeko eta bere
gaitasun moralak garatzen saiatu behar du, ongia eta gaizkia
bereizteko, eta kaltegarria dena eta onuragarria dena
.bereizteko

* * *

Egia iritzi eta teorien atzean dago, eta ikuspegi hau
hartzen duten askok beren ondorio subjektiboek mugatzen
.dituzte

* * *

Ireki, Jauna, lasaitasunaren ateak eta babestu nire
pentsamendu espiritualen santutegia xuxurla gaiztoen
erasoetatik, eta utzi nire irriken arrosak loratzen nire
bihotzeko lorategian, zure etorreraren egunsentia itxaroten
.dudan bitartean

* * *

Ezagutza teorikoak ezin du jainkozko ezagutza lortu, eta
komeni da norberaren denbora preziatua ez xahutzea
errealitatean aplikatu ezin diren teoretan, bestela norbera
oihan intelektual trinkoen erdian aurkituko baita eta teorien
.eremua gainditu ezinik

* * *

Zoriontasuna bizitzako egoera aldakorretan lortutako
garaipen psikologikoaren fruitua da

* * *

Jainkoak ezagutzen duena munduarentzat ezezaguna
izan daiteke

* * *

Pertsona batek bere burua ezagutza teorikoarekin
programatzen badu [benetako probarik gabe], esaera
zaharrak errepikatzen eta esaldi gorenak oihartzun egiten
dituen grabagailu eramangarri baten antzekoa izango da,
eta besteek jakintsutzat hartuko dute, baina ezagutza hori
ez da egiaren pertzepzio zuzenak indartzen, ezta lorpen
.espiritualak ere

* * *

Arazoak munduan jarraituko dute, beraz, nora jo daiteke
gidaritza eta norabide bila? Norberaren pentsamenduak,
ohiturek, aurreiritziek, joerak eta fanatismoak eraginda, ez
dute ezertarako balio, eta norberaren ingurunearen,
famiaren, herrialdearen edo munduaren eraginek ez dute
benetako gidaritzarik emateko. Beraz, Jainkoarengana jo eta
arimaren sakonetik datorren ahots lasai eta bareari entzun
.behar zaio, egiarekin harmonian dagoen ahotsari

* * *

Ireki zuen bihotzak jainkoazko isurketari, zuengandik isuri
eta zuen bizitzak bedeinkazio eta ontasun espiritualez bete
.ditzan

* * *

Edozein lan egiten duzun eta edozein lorpen lor
dezakezun, gogoratu beti Jainkoa dela lan egiteko eta
.lortzeko behar duzun indar guztia ematen dizun iturria

* * *

Gogora nazazu, Jauna, pobrezian eta oparotasunean,
gaixotasunean eta osasunean, ezjakintasunean eta
jakindurian, eta ikus dezadan zure argi bedeinkatua,
.ongizatea eta sendaketa ematen dituen une batean

* * *

Nire pentsamenduen bakardadean, zure ahots
bedeinkatua entzuteko irrikitan nago. Kanpora itzazu

niregandik nire oroimenaren tolesduretan ezkutatuta dauden
ahots lurtar eta latzak. Zure ahots lasai eta melodiosoa
.entzun nahi dut betiko nire arimaren lasaitasunean

* * *

Bizitza iluntasunean inguratuta dago, eta batzuetan
estropezu egiten dugu eta aurrera egiteko zalantzak izaten
ditugu. Jainkoaren argia izan behar dugu gure gidari-lanpara
bizitzaren bide ilunetan zehar ibiltzen garenean. Bera da
ilbetea ezjakintasun eta iluntasun gauetan, distira-eguzkia
esnatzeko orduetan, gidaritza-argia eta lurreko existentzia
.iragankorreko itsasoetan zehar dabiltzanentzako izar gidaria

* * *

Gizakiak bere kontzientzia ahanzturaren lozorrotik
espirituaren esnatzera esnatzeko garaia da

* * *

Jauna, eskatzen dizugu gure kontzientzia
ezjakintasunaren sakonetik eta pentsamendu estu eta
mugatuetatik bakearen, argiaren, maitasunaren eta giza
.erruki unibertsalaren horizonteetara igotzeko

* * *

Gauzak azkenean hobera egingo dute, Jainkoaren
botereak eta mirariak giza bizitzaren kontraesanen atzean
ezkutatuta baitaude, eta egoeraren saihestezintasunaz
konbentzituta ez dagoenak eta bere gogoarekin eta
fedearekin beloaren atzean dagoen horretara sartzen
saiatzen denak irekiko dio atea [esku sinesle orok jota]
.dagoenari

* * *

Fedeak ez du esan nahi arduragabea izatea edo egoerak
zentzuz ez jokatzea. Aitzitik, gertatzen dena gertatzen dela
ere, pertsonak ziurtatu behar du Jainkoak bakarrik lagundu
diezaiokeela egoera zail eta estresagarrietan, bihotz, arima
.eta sentimendu osoz Harengana jotzen badu

* * *

Gure zentzumenek egia osoa helaraziko baligute, Lurra
elektroi ibai gisa ikusiko genuke, eta hauts partikula bakoitza
.argi masa birakari gisa ikusiko genuke

* * *

Materiaren ikuspegitik espiritura sartzen direnek
ilusioaren izaera ulertzen dute eta egiaren funtsa ezagutzen
.dute

* * *

Afrikako oihanetan, gudu-zelaian, gaixotasun edo
pobreziaz jota dagoen pertsona bat konbentzitu behar du
bere burua Jainkoaren eskua arriskua baino indartsuagoa
dela eta gai dela harengan babesa bilatzen dutenak
.babesteko

Ez dago norbera babesteko modu eraginkorragorik.
Noski, logika erabili behar da gertaerei aurre egiteko eta,
.aldi berean, jainkozko laguntzan fede osoa izan

* * *

Izaki guztien bihotzetan bizi den maitasuna —ama, aita,
lagun eta maite guztien maitasuna— jainkozko maitasunetik
.dator

* * *

Bereizketa egin behar da betebeharrak nagusien eta txikien
artean, garrantzitsuena lehenetsiz soilik garrantzitsuena
baino. Gainera, ez dago beste betebeharririk kontraesanean
jarri behar denik. Eskriturek diote betebeharrak bat beste
batekin gatazkan dagoenean, benetako betebeharra ez dela
.frogatzen duela

* * *

Eguzkiaren izpi biziak zabaltzen diren heinean,
itxaropen izpiak zabalduko ditut pobreen eta abandonatuen
bihotzetan [gizarteak baztertu dituenen], eta erabakitasun
berria txertatuko dut porrot egiten dutela uste dutenen
.bihotzetan

* * *

Paramahansa irakasleak bere dizipuluetako bati esan
zion: "Ez baztertu inor zure maitasun zirkulutik. Gorde denak
."zure bihotzean eta haiek zuregan gordeko zaituzte

* * *

Jauna, lagundu iezadazu nire borondatea beti erabiltzen
ekintza onuragarriak eta onak egiteko
Lagundu iezadazu Zure nahiari egokitzen, nire
pentsamendu guztiak Zure helburuei erantzuteko eta Zure
."nahiarekin harmonian egon daitezen
Nire baitan ezkutuko eta bedeinkatutako boterea
esnatzen lagundu zidan, zailtasun eta proba guztiak gainditu
."ahal izateko

* * *

Esnatu zaitez ausart eta apal den nortasun espiritual
horretara - lehoien indarra usoen leuntasunarekin uztartzen
."duen nortasun espiritual horretara

* * *

Ez naute kritika mingots eta faltsuek gogaituko, ezta
laudorio eta lausengu oparoek ere. Nire desio bakarra zure
."nahia egitea da, Jauna, eta zure faborea lortzea

* * *

Ezin duzu imajinatu jainkozko presentzia sentitzean
beteko zaituen poz izugarria. Zure arima Jainkoaren
maitasun mugagabeaz mozkortuko da orduan. Milioika aldiz
gainditzen duen maitasuna da edozein giza maitasun; zure
desio guztiak betetzen dituen eta zure bihotza poz eta
."asebetez betetzen duen maitasuna

* * *

Barne-fokuaren bidez, zoriontasun espirituala zuzenean
bizi dezakezu zure baitan eta zure inguruan. Kontzientzia
hau lantzen baduzu, zure nortasuna modu harmoniatsuan
haziko da, eta magnetismo erakargarria lortuko duzu
."pertsonentzat eta beste izakientzat

* * *

Oi Babesle Handia, ez zait axola dena galtzea nire
patuaren ondorioz, neuk egina baita, baina zuri eskatzen
dizut, nire babesleku bakarra, zureganako maitasunaren
kandela axolagabekeriaren eta ahanzturaren haizeetatik
.babesteko

* * *

Edan dezagun ase arte bakearen ur garbi eta
freskagarrietatik, egoera faboragarrien iturburuetatik
datozenetatik, positiboki pentsatzeko eta ikuspegi baikorra
.izateko dugun erabaki sendoak indartuta

* * *

Kontzientzia pertsona baten benetako izaera eta
motiboak agerian uzten dituen zentzumen intuitiboa da.
Zure kontzientzia garbi dagoenean, eta zuzena dena egiten
ari zarela badakizu, ez duzu ezer beldurtzeko. Kontzientzia
garbia Jainkoaren jokabide onaren lekuko da. Kontzientziaren
auzitegian absolbituta egoteak zoriontasuna izatea eta
.Jainkoaren bedeinkazioak jasotzea esan nahi du

* * *

Saiatu jende gehienak egiten ez dituen gauza ausart eta
atseginak egiten, eta eman maitasuna eta bakea besteek
.alde batera uzten dituzten horiei

* * *

:Paramahansa irakasleak bere dizipulu bati esan zion
Adimena lantzen denborarik ematen ez baduzu, ez"
duzu oparotasun materialak asetuko. Lantze hau ez da
tortura, baizik eta kontzientziaren entrenamendua
zoriontasunera eramaten gaituzten pentsamenduak eta
."ekintzak elikatzeko

Zure zoriontasuna zure arrakasta da, beraz, ez utzi inork
lapurtzen. Babestu zeure burua zu gogaitzen saiatzen
direnengandik. Mutikoa nintzenean, pazientzia galtzen nuen
norbaitek nire inguruko zurrumurru faltsuak zabaltzen

zituenean. Geroago, konturatu nintzen nire lasaitasuna
jendearen onespena edo miresmena baino garrantzitsuagoa
.dela

* * *

Jainkoarekiko deboto batzuek bizi duten jainkozko
maitasunaren istorioa jakingo bazenu! Bizitzako beste
esperientzia batek ezin du poz horrekin konparagarri izan.
Jainkoaren maitasunean etengabe murgilduta zegoen santu
bat ezagutu nuen, eta bere aurpegiak maitasun santua
irradiatzen zuen. Jainkoaren begia beti dago maite
.dutenengan, eta ez ditu inoiz une batez ere abandonatzen

* * *

Gutxi dira beren gaitasun mentalak eta espiritualak
garatzeko interesa dutenak

* * *

Ez utzi zeure buruari atzerapenaren hondora
hondoratzen. Jaiki zaitez eguneroko errealitate
aspergarriaren lozorrotik eta abiatu bizitza findu baten
.horizonteetarantz, non lorpena, poza eta bakea dauden

* * *

Zure baitan inbertitzeko zain dagoen potentzial izugarria
dago, eta zu zara hori aktibatu eta onura ateratzeko gai den
.bakarra

* * *

Ohitura txarren eta pasio osasungaitzen aginduetatik
askatasunak arrakasta materialak baino zoriontasun askoz
.handiagoa dakar

Arrakasta literarioak kanpoko egoerek kendu ezin
.dizuten zoriontasun psikologikoa dakar

* * *

Denbora guztia dirua pilatzen eman dezakezu, baina
diru horrek ez dizu bilatzen duzun bake eta segurtasun
iraunkorra emango. Aitzitik, atsekabe handiagoa ekarriko
dizu, zoriontasuna eta bakea gogoan baitaude, ez gauzetan
.bertan

* * *

Ez utzi ahultasunak zure buruan sartzen, eta kontuz ibili
pentsamendu negatiboak eta ikuspegi pesimista duten
pertsonekin elkartzean, haien pentsamendu ahulak zure
buruan ez sartzeko, zure buruak besteen pentsamenduek
ahuldu ezin duten indar maila lortu ezean, baizik eta, aitzitik,
besteen pentsamenduak indartu eta haien autokonfiantza
.handitu ahal izango duen arte

* * *

Jainkoa da lehenengoa, eta ez genuke gure eguna hasi
edo amaitu behar beragan pentsatu gabe. Gogoratu behar
dugu Jainkoagandik jasotzen dugun indar eta energiarik
gabe ezingo genukeela gure zereginik burutu. Hau da
.Harekiko dugun betebeharririk handiena

* * *

Badago ohiturak eta tradizioak ebaluatu eta epaitzeko
modu bat. Hasieran, tradizio guztiek zuten justifikazio bat.
Justifikazio hori oraindik egia dela ikusten badugu, orduan
tradizioak esanahia eta onura ditu. Hala ere, ez da
zentzuzkoa tradizioei itsu-itsuan jarraitzea. Jakin behar dugu
zer den zuzena eta jarraitu, zoriontasuna zerk ekar
.diezagukeen bereiziz eta gero aplikatuz

* * *

Hainbeste jende zoriontasun edo arrakastarik gabe
ikusten duzunean, ez pentsa hori dela haien patua. Nahi
duzuna bihur dezakezu zeure burua. Zure barne arrakasta
.da benetan arrakastatsu egiten zaituena

* * *

Zure baitan ezer ez baduzu, ez zara zoriontsu izango.
Baina zure inguruan ezer ez baduzu eta zure baitan
zoriontsu bazara, zalantzarik gabe arrakastatsua zara. Beraz,
ezinezkoa da pertsonak kanpoko egoeretan oinarrituta
.epaitzea

* * *

Jendetza zabalen artean, egon daiteke gorakada
espiritualera iritsi den eta barne-bakea eta zoriontasun
.espiritual gorena gozatzen duen pertsona bat

* * *

Badakit ziur behar dudan guztia etorriko zaidala, eta
horregatik ez dut kezkatzen etorkizunak zer dakarren. Hau
ez da harrokeria edo itxurakeria, botere bedeinkatu horren
lana eta eraginkortasuna askotan esperimentatu baititut nire
.bizitzan

* * *

Bizitzaren gainazalean flotatzen ari naizen ala
itsasoaren sakonean itotzen ari naizen, badakit Jainkoarekin
nagoela eta bera nirekin dagoela, eta ezerk ezin didala
kalterik egin. Ezagutza horrek zoriontasun deskribaezin eta
.sakona eman dit

* * *

Zalantzarik gabe, zerbait berria erostea esperientzia
atsegina da. Baina denbora baten ondoren, sentsazio alai
hori pixkanaka desagertzen da, eta baliteke interesa guztiz
galtzea, ahaztu eta beste zerbait desiratzea. Hala ere,
elementu horren faktura ez da ahaztuko, batez ere kuotan
!ordaindu baduzu

* * *

Pertsona batek bere bizitzaren kontrola hartu eta ahalik
eta gehien sinplifikatu beharko luke. Beharrezko eta
larrialdietarako dirua aurreztu beharko luke, luxuetan
gastatzearen gainetik aurrezteak lehenetsi eta ahal duen
guztia eman besteei. Besteei laguntzen diezunean, laguntza
modu batera edo bestera etorriko zaizu, eta ez zaizu ezer
.faltako eta ez zaizu ezer galduko

* * *

Bihotz guztien pozean, zure zoriontasunaren oihartzuna
entzuten dut, Jauna, eta fededun guztien adiskidetasunean,

zure maitasuna sentitzen dut. Pozten naiz eta nire bihotza
pozten da nire lagunen arrakasta eta oparotasunaz, nire
ongizate eta erosotasunaz pozten naizen bezala. Besteengan
jakinduria pizten dudan heinean, nire jakinduriaren altxorak
biderkatzen ditut, eta guztien zoriontasunean, nirea
.aurkitzen dut

* * *

Zoriontasunaren etsairik handiena luxuak erosteko dirua
maileguan hartzea da. Jendeak uste du, oker, ezin direla
zoriontsu izan zerbait zehatza eskuratzen ez badute. Baina
gauza hori eskuratu ondoren ere, ez dute benetako
zoriontasunik biziko, dakarren aldi baterako poza
gorabehera. Zertarako hautsi egingo dela agintzen duen
lurreko zoriontasunaren mirajaren atzetik ibiltzeak? Jendeak
modu sinplean bizi beharko luke, etengabeko arreta behar
.duten ondasun ugari behar izan gabe

* * *

Nire paradisua nire baitan dago Jainkoaren
bedeinkapenez gozatzen dudan heinean, eskerrak ematen
dizkiot, eta nire barne-poza hazten da Barne-poztasun hori
gabe, lurreko plazer eta pozak ere infernu bihurtzen dira
Konturatu naiz barne-poz hori gabe, nire gain jarritako
erantzukizunen zamak bakea eta zoriontasuna kenduko
.zizkidala

* * *

Aberastasuna gaixotasunekin eta arazoekin batera
badago, ondorioak ugariak izango dira Higienea eta osasun-
laguntza Mendebaldearen indarguneen artean daude
Intsektu kaltegarriak eta mikrobio hilgarriak
eraginkortasunez kontrolatzen dira herrialde garatuetan,
beste batzuetan ugariak diren bitartean Baina izurrite hauek
ezabatzea ez da lorpenaren gailurra, beste mota bateko
gaitz batzuk baitaude herrialde garatuetan, hala nola,
ordaintzeko zailtasunak dituzten fakturak eta zatika

ordaintzeko sistemek eragindako finantza-krisi itogarriak —
.—loa nahasten eta lasaitasuna ahultzen duten gaitzak

* * *

Unibertso handi hau sortu zen kontzientzia beraren

.parte gara

* * *

Ikusi al duzu inoiz ardi-talde bat? Batek salto egiten
badu, gainerako artaldeak zalantzarik gabe imitatzen du.
Jende gehienak horrelakoa da. Norbaitek ideia bat
bururatuko litzaioke edo joera berri bat aurkeztuko luke, eta
beste batzuek berehala jarraituko diote modari eta kopiatu
egingo dute. Eredu hau belaunaldiz belaunaldi iraun du.
Nazio guztiek dituzte bere ohiturak eta tradizioak, eta ezin
dugu esan guztiak zuzenak edo sendoak direnik. Baina nork
daki? Agian ohitura eta tradizio horietako batzuk
.zentzugabeak eta alferrikakoak dira

* * *

Pentsamenduen ekaitz nahasia baretzen denean,
bakearen erreinuan sartzen gara eta jainkozko presentzia
ukitzen dugu

* * *

Pentsa ezazu Jainkoarengan, edo bakea inspiratzen
duen paisaia eder batean, edo esperientzia alai eta atsegina
batean. Buruko jarduera positiboa eta lasaia indarberritzailea
.eta freskagarria da

* * *

Mundu kaotiko eta nahasi batean bizi gara. Diruak
zoriontasuna esan nahi duela pentsa dezakezu, baina lortzen
duzunean, zorigaiztoko zarela ohartzen zara. Aberastasuna
lor dezakezu eta —Jainkoak ez dezala utzi— osasuna gal
dezakezu. Edo osasun ona izan dezakezu eta dirua galdu.
Edo aberastasuna eta osasuna izan ditzakezu, baina arazo
ugari izan ditzakezu besteekin, adeitasuna eskainiz, baina
trukean haserrea eta gorrotoa jasoz. Jainkorik gabe, bizitza
.honetan ezerk ezin zaitu benetan ase

* * *

Lurra tortura-ganbera bihurtzen da jainkozko planaren
ezjakintasunean bizi direnentzat. Baina bizitzako
esperientziak zure irakasle gisa ikusten dituzunean eta
haietatik mundu honen benetako izaera eta drama
kosmikoan duzun rola ikasten duzunean, esperientzia horiek
argibide baliotsu bihurtzen dira betiko poztasun eta
.zoriontasunerako bidean

* * *

Han, iluntasun ilunaren, isiltasun isilaren eta sortu
gabeko ezerezaren atzean, betiereko esentzia dago,
existentziaren jatorria eta botere eta izaki guztien, ikusgaien
.zein ikusezinen, iturria dena

* * *

Jainkoak ez zuen lur hau sortu guretzat jan, lo egin eta
hiltzeko soilik, baizik eta bere nahia ezagutu eta gure
existentziaren helburua uler dezagun. Jakintsu gutxi batzuek
ulertu dute kosmosaren planaren esanahia, baina jende
.gehiena itsua da eta ez da konturatzen helburu horretaz

* * *

Dirua ez zen inoiz nire bizitzako helburua izan; nire
helburua gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzea zen.
Horregatik, Jainkoak aukera asko ireki zizkidan neure burua
.mantentzeko eta nire misioa betetzeko

* * *

Jainkoak unibertso hau lege finko eta aldaezin baten
arabera funtzionatzeko sortu zuen. Lege unibertsal hauetako
edozein urratzen badugu, geure burua zigortzen dugu.
Eraikin altu baten teilatutik salto egiten duen norbaitek
hezurrak hautsi egingo ditu. Beraz, ezin dugu grabitatearen
.legea alde batera utzi ondorioak jasan gabe

* * *

Munduko zibilizazioei begirada sakona eman eta
antzinako zibilizazioen sekretu ezkutatuak aztertzen
ditugunean, irudi zabal bat agertzen da, lerro

korapilatsuekin, kapitulu anitzekin eta xehetasun zehatzekin,
eta gizakia aldi berean banakakoa eta soziala dela ikusten
.dugu

* * *

Jainkoak kontzientzia materialaren menpe bakarrik
bizitzea nahi badu, gauza materialekin guztiz asebeteta
egongo ginateke eta munduko bideekin konformatuko
.ginateke

* * *

Ametsak gainditzen dituen garbitasun, bake eta
zoriontasun izpiak distira eta dantzan dabilta gure
funtsezko sakontasunean

* * *

Gure lurreko bidaia honetan gure bizitzako zeruan
agertzen den esperientzia bakoitzarekin, gure kontzientzia
zabaltzen eta inguratzen gaituzten edo jasaten ditugun
inguruabarrak hobeto ulertzen ikasi behar dugu, eta orduan
harmonia hobean bizi eta jendearekin eta bizitzarekin
.leunago eta seguruago moldatuko gara

* * *

Jende gehienak besteak imitatzen ditu. Pertsona batek
originala eta sortzailea izan behar du, eta egiten duen guztia
.menperatu

Ekialdean, arreta nagusia zoriontasun espiritual lantzea
izan da, bizitzaren alderdi materialak askotan baztertu diren
bitartean. Mendebaldean, erosotasun material batzuk
badaude, baina zoriontasun psikologiko gutxi. Behar dena
bien arteko oreka da, bizitzaren alderdi bakarrean
zentratzeak desoreka eta bizitzaren eskaerei arrazionalki
.aurre egiteko ezintasuna dakarrelako

* * *

Zoriontasun handiena -jainkozko zoriontasunaren
ondoren- pertsona bat urteko egun guztietan bizi behar
.dituen bere senide hurbilekin bakean egotea da

* * *

Jendeak denbora asko galtzen du presaka eta inpultsiboki
jokatzen, gauza handirik lortu gabe. Gutxi dira hausnartzeko
eta bizitzak zer eskaintzen duen ulertzen saiatzeko gelditzen
.direnak

* * *

Bakearen lorategietan jakinduriaren barne eraikinak
eraikitze lan egin behar dugu, bertute espiritual
.zoragarrien lore ugariekin loratzen eta distiratzeko direnak

* * *

Barne harmonia indar iturri aberatsa da eta energia
berriztagarria sortzen du

* * *

Bizitzari begiratuta, arrakasta ez dela erraza
konturatzen gara Bizitza askotan gogorra eta barkaezina da,
eta bizibidea ateratzeko borrokatu behar dugu Pentsa ezazu
zure gorputza mantentzeko eta osasuntsu eta
gaixotasunetatik libre mantentzeko behar den ahaleginean!
Horretan arrakasta izan arren, arrakasta hori aldi baterakoa
da Gorputza —luzerako bizitza izan dezazula— azkenean
atseden hartuko du Beharrak indar ugariri aurre egitea
agintzen du, bai barnekoak bai kanpokoak, nahi den
arrakasta lortzeko Indar hauek nekaezin lan egiten dute
benetan esanguratsuak diren lorpenak lapurtzeko

* * *

Saiatu lasai egoten edozein egoeratan, eta utzi zure
.bakearen hazia alaitasunez eta poztasun irribarrez loratzen

* * *

Santu handienek ere ez dute salbazio osoa lortzen beren
arrakasta besteekin partekatzen ez badute, hau da, beren
esperientzia espiritualak eta ezagutza handiagoa, ezagutza
.santua lortzen lagunduz

* * *

Horregatik, etapa horietara iristen direnek eta egoera
horietara iristen direnek gogotsu eskaintzen diete ulermena
behar dutenei. Benetako arrakasta lortu nahi baduzu, ez
duzu zure zoriontasun pertsonala bakarrik ziurtatuko, baita
.besteena ere

* * *

Adimena duen edonork irabaz dezake dirua. Baina
bihotzean maitasuna badu, ez du inoiz diru hori helburu
berekoietarako erabiliko; aitzitik, besteekin partekatuko du.
Dirua madarikazio eta zoritxarra da berekoien eta zikoitzen
eskuetan, eta bedeinkapen eta oparia bihotz oneko eta
.arima eskuzabalekoen eskuetan

* * *

Norbaitek denbora luzez isilik egotea aukera dezake,
denbora horretan bere senideekin hitz egiteari uko eginez.
Pertsona horrek barne-bakea lor dezakeen arren, bere
portaera berekoia eta kaltegarria da bere familiaren
zoriontasunerako. Ezin da benetan arrakastatsutzat jo, bere
.maiteek ere bere lorpenetik etekina ateratzen ez badute

* * *

Era berean, arrakasta materiala lortzea ez da soilik
ongizateaz gozatzeko dugun eskubidea, baizik eta
besteekiko dugun erantzukizun moralak ere, haien baldintza
.materialak eta bizi-baldintzak hobetzen laguntzeko orduan

* * *

Nire kontzientzia garbiaren hormen atzean babestuta
nago, iragan iluna erre dut eta gaurkoaz bakarrik nago
.kezkatuta

* * *

Gaur konturatzen naiz ongi handienaren argiarekin bat
naizela eta atsekabeen itsasoko olatuen aurka borrokatzen
.direnentzako itsasargia naizela

* * *

Jendeak ikuspegi eta teoria desberdinak ditu arrakastari
buruz, bizitzako anbizioen arabera. Ez da arraroa entzutea
batzuek arrakasta lapurretarekin parekatzen dutela,
honelako gauzak esanez: "Lapur arrakastatsua zen!". Horrek
azpimarratzen du arrakasta, bere forma eta barietate
guztietan, desiragarria eta bilatua dela. Hala ere, gure
.arrakastak ez luke besteei kalte egin behar

* * *

Arrakastarako beste irizpide bat ere badago: geure
buruarentzat emaitza harmoniatsuak eta onuragarriak
lortzeko gai garenean, besteak ere gure arrakastan sartu eta
.haren fruituak haiekin partekatu behar ditugu

* * *

Arrakastak pertsona baten ingurunean duen poztasuna
eta gogobetetasuna esan nahi du. Benetako arrakasta
zuzentasunaren printzipioetan oinarritutako ekintzen
emaitza da, eta besteen zoriontasuna eta ongizatea hartzen
ditu barne, norberaren zoriontasunaren zati gisa. Printzipio
hau gure bizitza materialean, intelektualean, moralean eta
espiritualean aplikatzen badugu, arrakastaren definizio osoa
.eta zabala izango dugu

* * *

Hemen, mundu mugatu honetan, luzera, zabalera eta
dentsitatea hautematen ditugu, baina badago beste maila
bat non dimentsioak ez diren existitzen; dena da argi eta
gardena — dena da kontzientzia eta pertzepzioa. Dastamen
zentzua pertzepzioa da, usaimena bezala. Gure
sentimenduak, pentsamenduak eta gorputzak kontzientzia
egoerak dira. Ametsetan ikusi, entzun, usaindu, dastatu eta
ukitu dezakegun bezala, maila altuago horretan ere,
sentsazio horiek guztiak kontzientzia hutsaren bidez bizi
.ditugu

* * *

Jauna, zoriontsu egin gaitzazu zure hurbiltasuna
sentituz, askatu gaitzazu desioen kateetatik eta eman

iezaguzu bizitzako esperientziek eta gertaera aldakorrek
.eragiten ez duten barne-poza

* * *

Gure adimenak pertzepzio altuagoekin bat datozenean,
kontzientzia espirituala esnatzen da gure baitan eta
jainkozko jakinduria eta maitasunaren mirari harrigarriak bizi
.ditugu

* * *

Jainkoa guztiz maite badugu eta gure pentsamendu eta
bihotz guztiekin Harengana jotzen badugu, hurbil sentituko
gara Harengandik eta bizitzako segurtasun babesleku
.handiena dela ikusiko dugu

* * *

Itxuraz hutsik eta hutsik dagoen espazioan, unibertsoko
gauza bizidun eta bizigabe guztiekin batzen gaituen lotura
kosmiko eta betiereko bizitza bat dago; bizitza handiko olatu
.batek existitzen den guztia zeharkatzen du

* * *

Betikotasuna da gure benetako etxea eta bizileku
iraunkorra, eta gorputz hauetan dugun existentzia aldi
baterako existentzia da, basamortuan zehar bidaiatzen ari
.den karabana baten atsedenaldi labur bat bezala

* * *

Espirituaren indar sortzaileekin lerrokatzen garenean,
gure arazoak gidatu eta konpontzeko gai den gogo
unibertsal eta infinituarekin konektatuko gara. Sormen-
indarra gure izatearen iturririk handienetik etenik gabe
isuriko zaigu, gure jardueraren edozein arlotan arrakasta
.sortzailea lortzeko aukera emanaz

* * *

Maitasuna hazten eta loratzen da konfiantza, tolerantzia
eta elkarrekiko errespetuzko giro batean

* * *

Bedeinka gaitzazu, Jauna, pentsamendu garbien eta
ohitura onen argiarekin, ohitura txarren eta pentsamendu

desbideratuen iluntasuna hurbiltzen bazaigu, berehala uxatu
dadin. Eta lagundu iezaguzu Zu maitatzen hain maitasun
sakon batekin, non ez ilusio materialek ez munduko
tentazioek ez gaituzten harrapatu edo gure gogoak eta
.bihotzak harrapatu

* * *

Erraz lortzen diren gauzak gutxitan dira baliotsuak.
Badakigu hori gizon-emakume handien bizitzak aztertu
ondoren, eta nola bihurtu ziren handi beren talentuak
garatuz, beren betebeharrak betez, beren balio moralak
eraikiz, azterketa sakonetan parte hartuz eta berekoikeria
saihestuz. Baina lortu zituzten emaitzak eta lortutako
lorpenak neurrigabe handiagoak izan ziren egindako
.ahalegina baino

* * *

Benetako askatasuna jakinduriak gidatutako eta
ulermenak, zuzentasunak eta borondate irmoak babestutako
.aukera askatasunean datza

* * *

Zure borondatea, determinazioa eta bereizketa
kontzientea esnatzen dituzunean, indar ikusezinak askatzen
dira goi-kontzientziatik —arimaren ikuspegiaren bidez—
laguntzeko eta erosotasun psikologikora eta zoriontasunera
.daramaten bideak argitzeko, Jainkoaren laguntzarekin

* * *

Pertsonak bere ahaleginaren bidez ireki behar ditu
arimaren ubideak. Inork ez du borondatez aukeratzen
sufrimendua eta miseria bakearen eta zoriontasunaren
gainetik. Ezjakintasuna da sufrimenduaren erroa eta kendu
eta ezabatu beharreko oztopoa. Ezjakintasuna belar txar
kaltegarria da, sakonki errotua, gizateriaren lorategian
hazten dena eta landare on eta onuragarriak baztertzen
.dituena

* * *

Ezjakintasuna borondate irmo eta erabaki irmoarekin
gainditu behar da. Gogoaren lurra arretaz [positiboan] landu
behar da, eta hazi onak fedearen urez ureztatu.
Maitasunaren izpi bizi eta beroek distiratzten dutenean,
ontasunaren hazia haziko da eta belar txarrak eta landare
parasitoak gaindituko ditu, iluntasuna ezin baita existitu
.argiaren aurrean

* * *

Gauza materialen plazerrak lausotu eta desagertzen
dira, baina jainkozko poza ez da inoiz itzaltzen. Amaigabeko
.eta deskribaezina den jainkozko zoriontasuna da

* * *

Ezin ditugu inoiz metodo okerrak erabili zoriontasuna
lortzeko, ezta barruan dugun bakea eta aberastasun
espirituala alde batera utzi behar ekintza eta portaera
infernalek ondorio suntsitzaileak dituzten erosotasun
.ilusorioaren eta bizitza distiratsu baten bila

* * *

Bakea da jainkozko presentzia harrapatzeko kamerarik
onena. Lasaitasun puru eta zehatzaren lentearen bidez, irudi
.bedeinkatua argitasun perfektuarekin agertuko da

* * *

Izan ere, jakinduria guztia zure baitan dago eta behar
.duzun guztia horren kontziente izatea da

* * *

Benetako poztasuna norbere hobekuntzan datza, beraz,
besteek zu bila zaitzaten, zuk haiek bilatu beharrean.
Maitasuna eta adiskidetasuna dohainik eman behar dira,
itxaropenik edo eskaerarik gabe. Itxaropenak miseria eta
atsekabea baino ez ditu sortzen. Norbere hobekuntzaren bila
ahalegindu arren, bakarrik, seguru eta bakean egon behar
.da norberaren bertuteen eta autoestimuaeren gotorlekuan

* * *

Poztasun eta baikortasun ur-jauziak isuri daitezela beti
nire bihotzetik, eta haien zipriztin freskagarriak uki ditzala
.ezagutzen ditudan guztiak

* * *

Poztasun espiritualak ariman sortzen du besteak modu
guztietan laguntzeko nahia, eta zoriontasunera eramaten
duten plazer moral finduak estimatzeko gaitasuna garatzen
.du, horrela plazer zakarretarako joera murriztuz

* * *

Zure rola txikia izan arren, rol handienak bezain
garrantzitsua izaten jarraitzen du arimek bizitzako
eszenatokian egiten duten antzezlan kosmikoaren
.arrakastan laguntzeko orduan

* * *

Kontzientzia osoa kontzientzia absolutua eta infinitua
da, etengabe berritzen dena eta bere sormena ez da inoiz
agortzen, eta zure bidez bere alderdi berezi bat adierazten
.saiatzen da

* * *

Jainkozko maitasuna behin bakarrik dastatzen baduzu
ere, ez diozu inoiz amore emango, unibertso osoan ez
.baitago parekorik

* * *

Jainkoa ezagutzen dutenek oso aurrerapen espiritualeko
mailara iritsi dira, non ez diren konformatzen bekatariei
aholku espiritualak eskaintzearekin, baizik eta -Jainkoaren
grazia eta laguntzarekin- botere espirituala eman
.diezaiekete beren bekatuen ondorioetatik askatzeko

* * *

Ekintza on eta txar guztiak garuneko zeluletan latente
daude eta pentsamenduan ohitura edo joera on edo gaizto
.gisa agertzen dira

* * *

Garuneko zelulak ohitura horien botereaz kargatuta
daudelako ohitura osasungaitzak jasaten dituen pertsona

batek borondatearen, meditazioaren, otoitz zintzoaren eta
etengabeko baieztapen positiboen bidez askatu dezake bere
burua, ohitura desegoki guztiak bake eta lasaitasun ohitura
on bihurtu arte. Hori gertatzen da behar bezala zuzendutako
bizi-indarrak garuneko zelulen izaera anormala aldatzeko lan
egiten duenean, zelula horiek on, bertutetsu eta eder den
.guztiaz bete daitezten

* * *

Ulermena barne begia da, arimaren ikuspegia eta
bihotzaren teleskopioa. Gogoaren lasaitasunaren eta
.kontzientziaren garbitasunaren arteko oreka da

* * *

Egunero eszena desberdinak ikusten ditugu, eta
egunero ikasgai berri bat dakar ikasteko. Pertsona batek
ikasgaia bere existentziaren azken helburuan zentratuz
ikastea espero da: bere izatearen iturria eta bere bizitzaren
.oinarria aitortzea

* * *

Iraganeko atsekabeak ahazten ahalegindu gaitezten eta
ez dezagun horietan gehiegi pentsatzen utzi. Irmoki erabaki
eta borondate aktiboz, berritu ditzagun gure bizitzak, hobetu
ditzagun gure arrakastak eta landu ditzagun ohitura onak
.eta ezaugarri nobleak

* * *

Besteen ahuleziak agerian uzten dituen eta lotsa eta
haserrea eragiten diena jakinduriatik eta epaiketa onetik
.urrun dago

* * *

Leku eta garai guztietarako esaerak

Jainkoarekin harmonian daudenek edertasun liluragarria
ikusten dute eta beste inola ere bizi ezin daitekeen
.gozotasun gorena dastatzen dute

Nire arimak Zuri dei egin zionean, Zure isiltasunaren
hodeiak lehertu ziren, Jainko maitea, eta Zure errukiaren
euria uholdeetan isuri zen, Zure graziaren uholde gainezka

bihurtu arte. Zure ibai bedeinkatuak nire izatearen ertzak
irentsi zituen, eta nire arima betikotasunaren uretan
murgildu zen, eta nire bizitza txikiaren burbuila Zure
.existentzia osoaren ozeanoan desegin zen
Nire tutoreak jakinduriaren zizelarekin nola jokatu
irakatsi zidan, jainkozko presentziaren duin den tenplu bat
.egiteko

Helburu noble bat lortu nahi baduzu, hasi horren eredu
mental bat sortzen. Orain edozein norabide sendo ezarri
dezakezu zure kontzientzian ideia sendo bat zure buruan
landatzen baduzu; orduan zure izaki osoa ideia horretara
.egokituko da, eta zure ekintzak harekin lerrokatuko dira
Jainkozko bihotza ukitzen duzunean, zure arazoak
desagertuko dira, maitasunak zure bihotza beteko du eta
esperientzia espiritual zoragarriak iturri garbiak bezala
.dantzatuko dira zure gogoaren lorategietan
Hodei askok ezkutatu eta niregandik ezkutatu nahi
zaituzte, baina irrika malkoen ihintzaren bidez, zure izen
bedeinkatua agertzen zait gortina eta belo guztien atzetik
.letra urreztatu distiratsuetan distiraka

Kontzientzia garbitasunak egia gardentasunez jokatzeari
esan nahi du

Badira funtsezko beharrak eta batzuek "beharrezkoak"
direla uste dutenak, benetan beharrezkoak ez direnak eta
soberan daudenak. Bizitza sinplifikatu beharko litzateke
oinarrizko beharretan arreta jarritz eta beharrezkoak ez diren
.luxuak ezabatuz

Zein altua zaren, adiskidetasuna, eta zein emankorra
eta sakratua den zure lurra! Maitasuna da zure elikadura eta
.leialtasuna zure edaria

Bi pertsona harmonian eta adostasunean dabiltzanean,
desberdintasunak izan arren, helburu bakar batek batzen
ditu: arimaren bakea eta lasaitasuna aurkitzea maitasun

hutsean eta elkarrekiko leialtasunean, eta maitaleak ez duen
plazerra bilatzen maitearen kontura, orduan, altruismoaren
lorategian, adiskidetasunaren lore usaintsuak loratzen dira
.eta beren usain gozoa zabaltzen dute
Munduak gure adimena beste modu batera entrenatzen
du, hainbeste gauzatara ohituz, ezen zoriontasuna lortezina
dela pentsatzen hasten garen gauza horiek gabe. Baina
bizitza, eta haurren bizitza bereziki, sinplifikatu egin behar
.da; bestela, bizitzak etsipen mingotsen bidez irakatsiko die
Egia pentsamendu edo irudimen hutsa baino
zehatzagoa eta errealistagoa da, baina pentsatzen edo
imajinatzen duguna batzuetan egia bihur daiteke
Irudimena elementu erabakigarria da pentsamendu
sortzailearen prozesuan. Hala ere, irudimenak heldutasuna
lortu eta konbikzio sendo bihurtu behar du, eta hori
.ezinezkoa da borondate sendorik gabe
Zure borondate guztiarekin zerbait bistaratzen baduzu,
zure irudimena konbikzio pertsonal bihurtuko da, eta
konbikzio hori mantentzea lortzen duzunean
Iritzi kontrajarri guztiak gorabehera, zure konbikzioa
errealitatean gauzatuko da
Norberak bere kabuz zutik jartzen ikasi behar du,
.norberaren bertuteek eta autoestimua lagunduta
Poztasun espirituala poz berritua da eta gero eta
gehiago agertzen da Jainkoaz sakon pentsatzen dutenengan.
Erabaki zuzenak hartzen eta gauza zuzenak egiten laguntzen
duen poztasuna da, eta aurkitzen denean, desio eta irrika
osasungaitzak desagertzen dira, poz espiritualarekin
.alderatuta duten erakargarritasuna galtzen baitute
Gure Sortzaile Ahalguztidunak bizitza, indarra eta
jakinduria eman dizkigu, eta gure betebeharra da hari arreta
eskaintzea eta gure bihotzak hari maitasunez, esker onez
.eta haren fabore eta adeitasuna aitortuz altxatzea
Lagundu iezadazu, Jainkoa, ez pizten haserrearen sua,
ez dezadan erreminarenean sugarretan nire baitako eta besteen

baitako bakearen oasi berdeak erre. Lagundu iezadazu
amorruaren sua itzaltzen nire maitasunaren euri
.etengabearekin

Nire samurtasunaren eta bakearen aintzira bare eta
geldi egon dadila, miseria baino ez dakarren atsekabearen
.ekaitzek asaldatu gabe

Betebehar sentimenduak bultzatutako ekintzak egitea,
edo beste pertsona baten zerbitzura eta maitasunean
norberaren nahiak sakrifikatzea, askoz hobea da
.beldurragatik egitea baino

Pertsona batek jainkozko legeak haustea uzten duenean
ere, Jainkoarenganako maitasunagatik egin behar du, ez
.haren zigorraren beldurragatik

Edozein dela ere zure beldurra, alde batera utzi zure
pentsamenduak horretatik, utzi Jainkoari eta sendotu zure
.konfiantza harengan

Beldurra beti dago gizakiarekin, eta hori kentzea posible
.da Jainkoaz pentsatuz eta haren presentzia sentituz

Hasieran zaila izan daiteke bertutearen bideetan
ibiltzea, baina bide bedeinkatuak dira, gogo-bakerantz eta
.benetako zorientasunera eramaten gaituztenak

Jainkoaren aintza gure bizitzako txoko guztietan distira
dadila, haren maitasuna gure bihotzetan bizi dadila eta
haren argiak gure kontzientzia bete dezala

Oi ene maite jainkotiarra, loreak loratzen dira eta
urtaroak aldatzen dira, eta denek zutaz hitz egiten dute
Ilargi beteak zure irribarrearen ezaugarriak erakusten ditu,
eta eguzkiak zure zeruko lanpara darama Malko itsaso
batean igeri egiten dut, zure irrikaz gainezka Zuhaitzen
hostoetan eta gizateriaren zainetan zure bizitza eta
bizitasuna dabilta, eta zure bihotz kosmikoaren taupada
.sentitzen dut nire baitan taupaka

Zure presentzia sentitzen dudanean, beste mundu
batean esna nagoela sentitzen dut, eta noizean behin lur
honetaz eta gorputz txiki honetaz amesten dut - nireaz.

Zoriontasun amaigabea nago esna, eta lurreko bizitzaren
ametsa zurekin esna igarotako une zoriontsuen oroitzapenek
lurrinduta dago. Amesgaiztoen belar txarrak errotik kendu
ditut nire ametsen lorategitik eta haien ordeztu nire
inspirazioaren arrosak landatu ditut, non nire irrikaren
usainak erakarriko zaituen, eta zu etorriko zara zurekin
.eramatera betiko zoriontasunaren horizonteetara
Jainkoa, egin nazazu garden garbitasunez eta
garbitasunez, zure sendatzeko argia nire baitan atera
.dezadan

Baretu nire gogoaren ispilu dardartia, zure aurpegi
.infinitu islatu dezan
Ireki fedearen leihoak zabal-zabalik, zure bakearen
.usaina arnastu ahal izan dezadan

Oi, Zeure baitan distiratsua zarena, Oi, deskribaezina
den Maiestatea, begira ezazu zu irrikatzen duten nire
.begiekin, zu baino ez dezadan existitzen

Bizitzaren fenomeno eta itxura guztien atzean
Jainkoaren ahots isila dago, etengabe loreen, liburu santuen,
gure kontzientziaren eta bizitza bizitzeko modukoa egiten
.duten gauza eder guztien bidez deitzen diguna
Bilatzaileak gailur espiritualetara iristeko egiten duen
ahalegin oro Jainkoak zenbatzen du berarentzat eta ondo
.saritzen du horregatik

Jauna, eskatzen dizugu gure gogoak zure egiaren
argiarekin argitzeko, gure bihotzak zure maitasunez taupaka
jartzeko eta gure arimak zure pozarekin eta zure graziaren
.ugaritasunez betetzeko

Adimenak zeharkatu ezin duen horizonte garden
horretatik, Jainkoak bere betiko argia isurtzen du Eta adimen
kosmikotik inspirazio sublimeak eta botere bedeinkatuak
datoz, eta jarduera sortzailea adimen ireki eta
harmoniatsuetara isurtzen da

Zure arima, zure bihotza, inspirazio-txinparta guztiak,
zeru urdina, izar distiratsuak, mendiak, lurra, hegaztiak eta

loreak erritmo kosmikoaren, poz espiritualaren eta batasun
unibertsalaren hari bakar batek lotuta dituela konturatzen
zarenean, orduan konturatuko zara denak kostalderik ez
.duen jainkozko ozeanoaren bularrean dauden olatuak direla
Gure Sortzailea ahazten badugu, sufrimendua merezi
dugu. Jainkoa gure maitea dela eta maite gaituela konturatu
behar dugu, eta ezagutza horrek gure arazoetatik eta
.sufrimendutik askatuko gaitu

Jainkoaren benetako maitaleak ez du inoiz haren
bilaketa etenik, nahiz eta hainbat saiakera egin ondoren
aurkitzen ez duen. Ekaitza baretu ondoren olatu batek
ozeanoaren bihotzera itzuli behar duen bezala, bilatzaile
sutsuak ere bai; inplizituki sinesten du oztopoak hautsi
egingo direla eta lehenago edo beranduago ozeano
kosmikoarekin bat egingo duela, ozeano infinitu horrekin,
.zeinetatik etorri eta zeinetara itzultzen den
Adimenak etengabe jainkozko maiteaz pentsatzen
duenean, bihotzak poz eta zoriontasun abestiak abesten ditu
Emanazio espirituala gizakia orain denetik etorkizunean
.izango denera ateratzea da

Pertsona batek ezin du bere benetako izaera
besteengandik ezkutatu, bere pentsamenduen bibrazioak
nolabait bere portaeran islatuko dira eta bere ekintzen bidez
.agertuko dira

Askok dute askatasunari buruzko ideia okerra;
askatasuna pertsona batek nahi duena egitea dela uste
dute, eta nik askatasun horri kapritxoan askatasuna deitzen
.diot

Askatasunaren benetako izaera gaizki ulertzeagatik,
guraso batzuek seme-alabak tradizioaren menpe jartzen
dituzte, haien desioak berehala betez. Haurrak, orduan, uste
du bere nahiak betetzen diren bitartean zoriontsu direla, eta
bizitzaren helburua desio guztiak betetzea dela. Hala ere,
geroago oker zeudela deskubritzen dute, kanpoko mundua
etxeko bizitzatik guztiz desberdina baita, eta ikasten dute

desio guztiak betetzea ez dela erraza! Beste batzuek alde batera utzi eta baztertu egin ditzakete beren desioen bila. Ondorioz, haurra gogortu eta emozionalki sorgortu egiten da bere desioak asetzeko gogo izugarriagatik. Beraz, gurasoek seme-alabei lagundu behar diete beren borondatea eta bereizmena garatzen, munduan bizi ahal izan daitezen, .haren tranpetan eta zuloetan erori gabe

Amak dio: "Maitasunez irakatsi". Noski, haurrak maitasunez tratatzea ona da oro har, baina gehiegizko gozotasunak hortzak hondatzen ditu, eta era berean, gehiegizko mimatzeak haurrak hondatzen ditu. Irmotasun eta erabakitasun maila bat beharrezkoa da, baina haur bat akats batengatik gogor tratatzen eta zigortzen bada, ondorioak latzak izango dira. Oreka egon behar da haurrak nola tratatzen eta jokatzeko diren; aita orok bere izaera maitasunez eta samurtasunez baretu behar du, eta ama orok bere maitasuna jakinduriaz eta arrazionaltasunez ondu .behar du

Pertsona batek Jainkoarenganako maitasun eta irrika egoera psikologiko egonkorra mantendu behar du. Lan asko probatu ditut, baina nire lanaren izaera edozein dela ere, .nire pentsamenduak beti Jainkoarekin daude

Sorkuntza honetaz gozatu beharko genuke, baina esklabo bihurtzen utzi gabe. Eta esperientziak irakatsi dit .Jainkoa aurkitzearen poza paregabea dela

Zeregin garrantzitsuei ekin aurretik, lasai eseri, zentzumenak eta pentsamenduak baretu, sakon meditatu eta jainkozko laguntza bilatu behar da gidaritza espiritualala .eta norabide ona lortzeko

Utzi konturatzen egunsentiaren aurpegian, loreen ezpainetan eta gizon-emakume nobleen aurpegietan dagoen .irribarrea zure irribarrea dela

Ez naute zorte txarren, gaixotasunen edo ustekabeko oztopoen irudi jarraituek eragingo, badakidalako diziplinatutako kontzientzia batek, kontzientzia

kosmikoarekin estuki lotuta dagoenak, ez dituela inplizituki
.porrotak eta eragozpenak jasaten

Askatasunak jakinduriaren arabera jokatzeko gaitasuna

esan nahi du, ez pasioen, ohituren eta kapritxoaren arabera.

Egoari obeditzeak esklabutzara eramaten du, eta
espirituaren bultzadei men egiteak, berriz, mugak
.gainditzeko askatasuna dakar

Jauregi dotore batean edo etxola xume batean bizi

.naizen berdin zait, Jainkoa nirekin dagoen bitartean

Zintzoki irabazitako dirua modu xumean bizitzeko

.erabiliko dut, bizimodu xelebrea alde batera utzita

Jainkoarenganako fedearen eta borondatearen

erabileraren bidez, pertsona batek gaixotasuna, porrota eta

ezjakintasuna gainditu ditzake, baldin eta borondatearen

bibrazioak gaitz fisiko edo psikologikoen bibrazioak baino

indartsuagoak badira. Zenbat eta kronikoagoa izan

gaixotasuna, orduan eta sendoagoa eta erabakiagoa izan

behar du borondateak, eta orduan eta sakonagoa eta

.sendoagoa izan behar du fedeak, nahi den emaitza lortzeko

Inspira nazazu, Jauna, zuregan bakarrik konfiantza

jartzera, eta ez gizakien babes-bideetan. Ez utzi beldurrak

eta antsietateak bizitzako edozein probetarako nire indar

mugagabea paralizatzen. Ez utzi istripuak, hondamendiak

eta zorigaitzak imajinatzen, pentsamenduaren eta

irudimenaren bidez agertzearen beldurrez. Eta konturatu

nazazu, Jauna, esna edo lo nagoen, esna edo ametsetan

galduta, bizirik edo hiltzen, zure presentzia babesleak

.inguratzen eta zaintzen nauela oraindik

Jakintsuek diote: Jainkoaren maitasunak eta bertuteak

bultzatutako egintza onen fruitua harmonia eta garbitasuna

da; desira eta anbizio berekoiek bultzatutako egintzaen

fruitua mina eta sufrimendua da; egintza gaiztoen fruitua

.ezjakintasuna eta ergelkeria da

Ekintza onek zoriontasuna ekartzen dute, eta maitasun

propioak bultzatutako munduko ekintzek, berriz,

sufrimendua eta mina. Hala ere, etengabeko egintza
gaiztoek pertsona baten bereizketa eta ulermen gaitasuna
.suntsitzen dute

Bakean eta harmonian bizi nahi baduzu, zure asmoak
onak izan behar dira, eta adeitasun pentsamenduak eta
maitasun sentimenduak zabaldu behar dituzu. Bizitza
bertutetsua bizitzen baduzu, zure adibidearen eta jokabide
.onaren bidez besteei lagunduko diezu

Antsietatea eta nahasmen mentala sentitzen ditudan
unean, lasaitasunera eta hausnarketara erretiratuko naiz
lasaitasuna berreskuratu arte, eta egun bakoitza Jainkoaz
pentsatuz eta haren laguntza eta gidaritza eskatuz hasiko
.dut

Hartu erabakia gorrotoaren belar itogarriak ez haztea
eta zure bizitzako lorategian sartzea, espiritu noble baten
bertutez gainezka dagoen lorategi batean. Eta zenbat eta
gehiago landu arrosa-antzeko ezaugarri usaintsu hauek,
orduan eta gehiago agerian utziko dizu Jainkoak zure baitako
.existentziaren sekretu handiena

Bizitzaren helburua bakea, asebetetzea, hilezkortasuna,
segurtasuna eta egiaren ezagutza lortzea da, eta gure baitan
pizten diren desio horien bihotzean gure barneko jainkozko
.esentzia dago

Aurki dezadala nire askatasuna Zugan, Jauna, eta
kontura naiteke nire benetako etxea Zure existentzia osoa
.dela eta Zure kontzientzia kosmikoaren parte naizela
Oi itsaso zabal eta jainkotiarra, utzi nire desioen ibaiak,
oztopo eta oztopoen basamortuetan zehar doazenak,
.azkenean zure sakontasun handietan nahasten
Jainkozko gotorlekuan bakarrik aurkitzen dugu babes
eta segurtasuna, eta ez dago babesleku seguruagorik
Jainkoarengandik hurbil sentitzea eta haren presentzia
.ukitzea baino

Gizakiak ohiturek gobernatzen dituztenez, eta horiek
beren joerak, izaera eta desirak moldatzen dituzte, ohitura

horiek txarrak badira, izaera kaltegarri bihurtzen da eta ekintzak gaizto. Beraz, komeni da ohitura onak lehenestea, gure ekintzak eta pentsamenduak helburu nobleetarantz gidatzen baitituzte eta osasuna eta zoriontasuna ekartzen .dizkigutelako

Arima triste eta sufritzen ari diren lekuetan, nire erosotasuna aurkitzen dut haiei zerbitzatzean eta kontsolatzean. Nire ahala egingo dut besteei poza ekartzeko eta haien sentimenduekin enpatizatuko naiz nireak balira .bezala

Gizakietan gaitasun mentalak badaude, baina pertsona gehienengan garatu gabe jarraitzen dute, eta gaitasun horiek ez lantzeak ondorio larriak dakartza. Gorputzak bezala, adimenak elikadura egokia eta ariketa fisikoa behar .ditu osasunerako eta bizitasunerako

Diamante batek argia jasotzen eta islatzen du, eta hala egiten dute Jainkoa ezagutzen duten eta haren presentziaz .distiratzten duten arima garbi eta gardenak Jauna, zu zara bizitzako benetako aberastasuna, eta lehenik zu aurkituz gero, zugan aurkituko dut behar dudana .guztia

Jendeak normalean janarian, airean eta eguzki-argian bakarrik jartzen du arreta osasun ona mantentzeko, baina baliteke osasuna okerrera egiten duen une bat iristea, kanpoko bizi-iturri horien ugaritasuna izan arren. Orduan sortzen da gorputzaren energia-erreserbak barrutik .birkargatzeko beharra

Nire gogoaren ontzia arriskuak eta arriskuak dakartzaten irrika zikoitzen harkaitzetara hurbiltzen bada, ezjakintasunaren ekaitz bortitzek bultzatuta, izan zaitez, ene Jainkoa, nire itsasargia eta gidatu nazazu beti zure .zuzentasunaren eta ontasunaren ertzetara

Pentsamendua sugar baten antzekoa da, zeinaren indar kontzentratua lorpena eragozten duten oztopoak erretzeko .erabili behar den

Jainkoa maitasun jainkotiar etengabearen bidez aurki
daiteke. Jainkoa bere opariak baino gehiago maite
dugunean, guregana etorriko da. Borondate askea eta
aukeratzeko ahalmena eman dizkigu, munduko opari labur
eta hutsalen eta harenganako hurbiltasunaren eta bere
.presentzia bedeinkatuaren pozaren artean bereiz dezagun
Memoria eman ziguten gauza onak gogoratzen
praktikatzeko, azkenean ongi handiena gogoratu arte:
Jainkoa

Zure maitasunaren haizea niregandik igarotzen da,
Jauna! Eta nire bizitzako hostoak pozik dantzan ari dira Zure
etorrerarekin Haien xuxurlak airean zehar hedatzen dira,
nekatuak Nire bake espiritualaren itzalean atsedean hartzera
.gonbidatuz

Bizitzako zailtasunek ez dute kalterik egiteko asmorik;
aitzitik, arazoek eta gaixotasunek ikasgaiak eskaintzen
dizkigute. Gure esperientzia mingarriek ez dute suntsitzeko
asmorik, baizik eta gure iturri garbiarengana —
Jainkoarengana— itzulera bizkortzeko, zeinak modu
guztietan lan egiten baitu guri laguntzeko eta gure zeruko
.etxera itzultzeko

Infinitua da gure benetako etxea, eta lur honetara eta
gorputz fisiko hauetan egiten dugun bidaia bisa-bidaia labur
.bat bezalakoa da

Jauna, badakit laudorioek ez nautela goratzen, ezta
kritikak gutxiesten ere. Naiz naizen bezalakoa nire
kontzientziaren aurrean eta zure aurrean. Bide honetatik
jarraituko dut, ahal dudan guztia eginez guztiei zerbitzatzeko
eta zure faborea irabazteko ahaleginduz; horretan datza nire
.zoriona

Izaki paregabea zara eta zure esentzia zoragarria da,
beraz, ezagutu zure benetako nia
Zure etorrerarekin batera, nire irrika kimuak lore
usaintsu eta bizietan loratuko dira

Jauna, bizkortu egun horren etorrera, lore ihintzdun
horiez lepoko bat ehunduko dudanean eta zure atarian
.jarriko dudanean

Bere buruari bakarrik atsegin emateko etengabe
ahalegindu beharrean, besteak ere zoriontsu egiten saiatu
beharko luke. Besteei laguntza espirituala, intelektuala edo
materiala eskaintzen saiatzen denean, bere beharrak
asetuta daudela eta bere bizitzaren kopa pozez gainezka
.dagoela ikusiko du

Lurreko iluntasunaren aurkako garaipen bikaina lortzen
dutenek aintzaren argia izango dute beren zati gisa eta
.barne bakea eta zoriontasuna gozatuko dituzte
Jauna, etengabe barreiatu zure bedeinkapenen haziak
nire bihotzeko lurzoruan, erregu bidez goldatua, itzalpeko
zuhaitz bihurtu daitezten, eta haien adarrek autoezagutzaren
.fruitu gozoenak eta goxoenak eman ditzaten

Askotan mina jasaten dugu aldatzeko ahaleginik egin
gabe, eta horregatik ez dugu bake eta asebetetze
iraunkorrik aurkitzen. Iraun eta ahalegina egingo bagenu,
zailtasun guztiak gainditu ahal izango genituzke, zalantzarik
gabe. Miseriatik zoriontasunera eta etsipenetik ausardiara
.igarotzen ahalegindu behar dugu

Oi Jainkozko Maitasuna, batu nire maitasuna Zure
maitasunarekin, nahastu nire bizitza Zure pozarekin, nire
adimena Zure kontzientzia kosmikoarekin, eta ase ezazu nire
.egarria Zure betiko pozaren iturritik

Bilatzaile zintzoaren bihotzak beti xuxurlatzen du: "Ene

Jainkoa eta ene Maitea, ez dut mundu ilusiozko honen
nahasmenean murgildu nahi, eta nahi dudan guztia Zure
maitasuna esnatzea da jendearen bihotzetan. Nire bihotza,
nire arima, nire gorputza, nire adimena eta daukadan guztia
Zurea da, Jauna". Bilatzaile horrek Jainkoarengana iristen da
.eta hura ezagutzen du

Jauna, eman iezaguzu anaitasunaren ulermen berri eta
egiazkoa. Ut ditzagun gerrak eta senda ditzagun nazioen

zauriak maitasunaren balsamoarekin eta ulermen
.errukitsuaren erosotasun iraunkorrarekin
Bedeinka gaitzazu, gutiziatik, engainuaren
nagusitasunetik eta ilusioen kontroletik askatu gaitezen, eta
lagundu gaitzazu gaixotasuna, ezjakintasuna eta gosetea
iragan ilun eta latz baten ametsak baino ez diren mundu
.berri bat eraikitzen

Ez dezagun arazo guztiak oihaneko logikaz konpontzen,
baizik eta ulermenarekin, egiarekin eta Zuganako eta Zure
.jainkozko justiziarenganako fede sendoarekin
Bizitzak hemen elkartu gaitu denbora batez, eta
ondoren gure bideetatik joango gara. Baina Jainkoaren
maitasuna gure baitan bizi bada, ez du axola nora goazen,
zenbat urrundu arren, jainkozko maitasunaren zirkuluan
.geratuko baikara eta ez gara inoiz benetan bananduko
Jauna, egin nazazu aurrerapen espiritualaren arrano bat,
estutasun eta muturreko kalezuloen gainetik hegan egiten
.duena

Deitu nazazu gero eta horizonte altuagoetara, lur-
dardara bizien eta eguzki-argia blokeatzen duten hodeien
haratago

Utzi orekaren hegoak hartzen ondo bizitzeko, eta utzi
ekaitz eta urakan guztien gainetik dauden zeru garai
horietara hegan egiten, non horizonte zabalak eta pertzepzio
.sublimak dauden

Bakea dator maitasunari eta adeitasunari gure bihotzak
irekitzen dizkiogunean. Bihotz maitekorra dutenek eta lan
onetan aktibo daudenek bakea bizi dute, haien baitan bizi
delako. Bakea zeruko santutegia da eta bizitza zoriontsu
.baten oinarria

Beti pentsatu beharko genuke loreen atzean dagoen
jainkozko edertasunaz, eguzkiaren atzean dagoen argi
.kosmikoaz eta begi guztietan distiratzten den bizitza handiaz
Pertsona bat benetan jatorra denean eta besteekiko
errespetua erakusten duenean, eta laudorioak modu berean

itzultzen dituenean, beti tratatuko dute esker onez eta
.errespetuz

Nire maitasuna besteengana zabalduko dut, Jainkoaren
maitasuna niregana etorri eta nire bihotzean bizi dadin ate
.bat ireki ahal izateko

Jauna, utzi nazazu atsekabearen sakonean itota
daudenentzako itsasargi izaten. Lagundu iezadazu besteei
poza ekartzen, eman didazun poz espiritualagatik esker
.onez

Gorrotoa urtuko dut nire maitasunaren sutan, eta
besteak barkatuko ditut eta maitasuna emango diet bihotz
.egarri guztiei

Benetako maitasuna maitearen erosotasunaz gozatzen
duen maitasuna da

Zure argia distira dezagula, Jauna, eta zure maitasunak
gure bihotzak bete ditzala betiko

Ekimen-espiritua izateak esan nahi du inork lehenago
egin ez duen zerbait asmatzeko aukera ematen dion
irudimen sortzailearen ahalmena izatea. Pertsona oro
.jaiotzen da Jainkoak emandako dohain honekin

Maitasun handiena jainkozko maitasuna da, bizitza
hitzez haratago edertzen duena Jainkoa zurekin sentitzen
duzunean, zauden lekuan zaudela zuregana datorrela eta
.zure urratsak gidatzen dituela, jainkozko maitasuna hasi da

Egiaren indarra haizearen aurka doa
Jauna, zailtasun aldi baterakoei aurre egiten diedanean,

gogora nazazu iraganean nirekin izandako bedeinkapen
ugariak, jakinda zure laguntzak ez nauela inoiz alde egiten
eta zure zaintza beti dagoela nirekin. Zuri eskerrak ematen
dizkizut zure eskuzabaletik jasotzen dudan bedeinkapen
.orogatik

Maitasun tantak distiratzen dute arima onetan, eta
Jainkoa maitasunaren itsasoan bakarrik aurki daiteke
Ulermena da pertsona baten bidea argitzen duen eta
arrakasta ekartzen dion lanpara

Udaberrian, Jainkoak natura arrosa eta lore ederrenekin
.apaintzen du, jantzi dotoreekin eta kolore biziak
Bakea da Jainkoaren Presentziara hurbiltzen ari dela
iragartzen duen lehen heraldoa. Ondoren, bakea poza
.amaigabea baino argi distiratsuagoak bihurtzen da
Meditazioaren itsasoan sakontzen dudanean,
bedeinkatutako dardara bat sentitzen dut nire izatearen
barruan eta xuxurlatzen duen ahots bat entzuten dut: "Gertu
"nago

Barrura begiratu behar da, arimak bere burua
adierazten duen lekura. Arimaren sakonetik sortzen dira
.barne-bizitzako esperientzia guztiak
Arimak jainkozko kontzientziarekin bere burua
gauzatzen duenean, poz handia eta espazio mugagabea
.hedapena sentitzen ditu
Zure gaitasun naturalez gain, zure bidean jar daitezkeen
oztopo guztiak gainditzeko, eskura dituzun kanpoko
bitarteko eta baliabide guztiak erabiltzen badituzu, Jainkoak
eman dizkizun botereak garatuko dituzu: zure izatearen
.sakonenetik sortzen diren botere mugagabe horiek
Maitasunak Jainkoarengana eramaten duen urrezko
bidetik egiten du
Gaizki-ulertuen iluntasuna sartu den leku guztietan
.zabalduko dut nahi onen eta asmo onen eguzkia
Zailtasunek erasotzen zaituztenean, baina oztopo eta
eragozpen guztiak gorabehera, saiatzeari eta ahalegina
egiteari uko egiten diozunean, orduan Jainkoak erantzungo
.dizu eta zure ahaleginak arrakastaz koroatuko ditu
Jauna, irrika lorea kenduko dut nire bihotzeko lorategitik
.eta maitasun eskaintza gisa jarriko dut zure atarian
Gure pentsamenduak eta hitzak etorkizuneko uza
ekarriko diguten haziak direnez, gaur hasiko naiz nire
.kontzientzia pentsamendu on eta positiboekin betetzen
Nire kontzientziaren planoan hegan egiten dut eta
hegan egiten dut gora eta behera, iparraldera eta eskuinera,

barrura eta kanpora eta nonahi, espazioko txoko guztietan
Jainkoaren presentzian nengoela eta oraindik nagoela
.aurkitzeko

Bizi une bakoitza Absolutu infinituarekin duzun
harremanaren kontzientzia. Zure kontzientziarentzat ez
dago mugarik, eta gauza guztiak keinuka eta distiratzten
.dute zure izatearen zeruko izarrek bezala
Askapena, edo atxikimendu eza, bilatzaileak urratzen
duen bide jakintsua da, gauza hutsalen gainetik borondatez
igotzen dena gauza handiagoen mesedetan. Ez du bere
burua lotzen plazer sentsual laburretara barne-poza berritu
baten bila. Askapena ez da berez helburu bat, baina
arimaren bertuteak eta botere espiritualak agertzeko bidea
.zabaltzen du

Garaile espiritual bizitzaren bideetan ausart aurrera
doa

Pertsona batek bere egungo bizitzaz ahalik eta etekin
handiena atera behar du, bere bihotzeko leihoak ireki eta
.bere arimaren gaitasun lozorrotuak esnatu eta berpiztu
Aldaketaren eta eraldaketaren maskaren atzean
jainkozko presentzia dago. Eta bere gogoaren ispilua
geldiarazi eta dardarka ez egitea lortzen duenak, ispilu garbi
.horretan ikusiko du maite kosmikoaren aurpegia
Maitasuna heriotza eta denboraren hondamendiak baino
indartsuagoa da

Autoanalisia da arrakastaren gakoa, eta hausnarketa
ispilu bat da, zeinaren bidez gure bistatik ezkutatuta
geratuko liratekeen barne-txokoak ikusten ditugun. Gure
gabeziak diagnostikatu behar ditugu, joera positiboak eta
negatiboak bereizi, eta aurrerapenaren eta arrakastaren
.oztopoak identifikatu

Zein zoragarria zaren, adiskidetasuna! Zu, zintzotasun
eta adiskidetasun kezketatik edaten duzuna, eta zeinen
hostoak bihotz zintzo eta leialen sakonetik sortzen den barne
.eta kanpoko gozotasunaren ihintzak bustitzen dituen

Behin, harea pila bat igotzen saiatzen ari zen inurri txiki
bat ikusi nuen, eta neure buruari pentsatu nion: inurriak
Himalaia igotzen ari dela pentsatuko du! Harea pila erraldoia
iruditzen zitzaion inurriari, baina ez nire begietarako. Era
berean, gure milioika eguzki-urte minutu bat baino gutxiago
.izan daitezke Jainkoaren gogoan
Betikotasuna eta infinitua bezalako gauza handiei buruz
.pentsatzen trebatu behar dugu geure burua
Infinituaren munduan zehar ibili nintzen eta argiaren
lurraldeko laino distiratsua ikusi nuen, eta distira bizi
horretan denboraren orrialdeetan idatzitako sekretuen
.esanahiak irakurri nituen
Lo egiten duzunean, pentsamenduak eta sentimenduak
pasiboki isilarazten dituzu. Baina meditazioaren bidez
pentsamenduak eta sentimenduak kontzienteki isilarazten
dituzunean, lehenengo bizitzen duzuna bake egoera bat da,
eta zure aurpegiko muskuluek naturalki barne bakea islatzen
duen irribarre bat osatzen dute. Baina bake egoera honetatik
haratago begiratu behar duzu zure arimaren garbitasuna
hautemateko: estimulu sentsozialek edo zentzumenekin
lotutako pentsamenduekiko erreakzio automatikoek kutsatu
gabeko garbitasuna. Orduan bizitzen duzun egoera betiko
.zoriontasun berritzailea da
Ilargiaren argitan ur ontzi bat jartzen baduzu eta gero
nahasten baduzu, ilargiaren irudi desitxuratua sortuko duzu.
Ura ontzian gelditzen denean, isla garbi bihurtzen da.
Ontziko ura geldirik dagoen eta ilargiaren aurpegia argitasun
oso islatzen duen uneak bake kontenplatibo egoera batekin
eta lasaitasun sakoneko egoera batekin konpara daitezke.
Kontenplazioaren bakean, sentsazio eta pentsamendu uhin
guztiak gogotik isurtzeari uzten diote. Eta bake egoera
sakonago honetan, pertsona kontenplatiboak, lasaitasun
horretan, jainkozko presentziaren ilbetea ikusten du
.arimaren lakuan islatuta

Pertsona arruntak ezagutzen dituen lau egoera daude:
zoriona desio bat betetzean, zoritxarra ukatzean, asperdura
ez zorientsu ez deprimituta ez dagoenean, eta bakea emozio
horiek edo plazer, min eta asperdura egoera psikologikoak
.gainditzean

Bakea egoera oso desiragarria da, atsekabearen eta
plazerraren gabeziaren eta asperduraren gabeziaren
ondorioz sortzen dena. Egoera hauek etengabe aldatzen eta
uhintzen dira arimaren gainazalean. Minaren eta plazerraren
olatu nahasietan ibili ondoren, nekearen sakonean behin eta
berriz murgildu ondoren, bakearen itsaso barean flotatzean
poza dago. Baina bakea baino handiagoa da estasi
espirituala —arimaren zoriona—, zorientasun gorena. Betiko
poza da, inoiz desagertzen ez dena, baina arimarekin betiko
irauten duena. Poztasun goren hau jainkozko presentziaren
.kontzientziaren bidez bakarrik lor daiteke
Benetako irribarrea zorientasun espiritualaren irribarrea
da, Jainkoa kontenplatuz eta pentsatzetik eta haren
.presentzia sentituz lortua
Nire irribarrea barneko poz sakon batetik sortzen da —
denon eskura dagoen poz batetik— Loratzen ari den arrosa
baten bihotzetik ateratzen den usaina bezalakoa da.
Gozamen handi honek besteak gonbidatzen ditu
.zorientasunaren ur sakratuetan murgiltzera
Barkamen bedeinkatuaren argitan, urte askotan zehar
pilatutako gorrotoaren iluntasuna desagertzen da
Jainkoak azkar asetzen ditu bere gurtzaileen behar
guztiak, ahaleginak zapuzten eta itxaropenak zapuzten
.dituzten motibo berekoietatik askatu direlako
Jainkoak babesten duena, ezerk ezin du suntsitu
Ez gaude bakarrik mundu honetan, Jainkoa gurekin
baitago, eta iraunkorrak, intimoak eta adiskidetsuak diren
harremanak daude, eta horietatik laguntza eta poza jasotzen
.ditugu

Jakinduriaren zeruko gidaritza-izar distiratsua, zure
distira biziak zure bedeinkatutako horizonteak arakatzera
gonbidatzen nau, eta nire irrika-txoria abiadura handiz doa,
atmosfera trinko eta iluna zeharkatuz, zure irrika eta zure
.distira sakratuenean murgilduta

Norberaren nortasuna garatzen eta loratzen hasten da
norberak sentitzeko gai denean - barne sentsazio intuitibo
bidez - ez dela gorputz fisiko solidoa, baizik eta gorputzaren
.barruko korronte espiritual betierekoa

Dizipuluaren bihotza Jainkoarenganako maitasunez
gainezka egiten denean, bere aurpegia bake eta
jakinduriazko irribarre batekin distira egingo du, eta bere
arima inguratzen duten ezjakintasun geruzak erabat xehatu
.eta desagertuko dira

Lore edo zuhaitz bati begiratzen diozunean, badakizu
bizitza forma eder hauek ez direla bere kabuz sortu. Jainkoa
da moldatu eta usain eta edertasun paregabeaz hornitu
.dituena

Beti bete zure betebeharrak, txikiak zein handiak, arreta
handiz, gogoratuz Jainkoak zure urratsak gidatzen dituela
eta zure ahaleginak indartzen dituela zure asmo nobleak
.lortzeko

Pertsona batek bere esentzia espiritualarekin
konektatzen denean, ahaztutako aro iragankorrak eta
arimaren botere hilezkorak bere kontzientziara itzultzen
dira. Meditazioan, gogoratzen da arima hilezkorra dela, ez
.gorputz hilkorra

Nonahi aurkitzen ditugu pertsonak, onak zein txarrak,
beren erara zoriontasuna bilatzen. Inork ez du bere buruari
kalterik egin nahi. Beraz, zergatik jokutzen dute batzuek
mina eta atsekabea eragiten dieten moduan? Ekintza horiek
.ezjakintasunak eta engainuak bultzatuta daudelako

Jauna, eskatzen dizugu zure jakinduriaren argiarekin
distira egin diezaguzula eta ezjakintasunaren eta
.engainuaren iluntasuna kendu diezaguzula

Pertsona kontziente batek beldurtia baino zuhurra izan
behar du, eta ausardia eta arduragabekeriarik gabe landu
behar du bere baitan, beldurra eta antsietatea eragin
.dezaketen egoeretan ez jartzeko

Jakinduria ez dago kanpotik datorren informazioaren
injekzioaren menpe, barne-onarpenaren boterearen menpe
baizik, eta horrek zehazten du eskura daitekeen benetako
.ezagutza kopurua eta ezagutza hori lortzeko abiadura

Mundu hau Jainkozko Zuzendariaren gidaritzapean gure
eginkizunak betetzen ditugun eszenatoki bat besterik ez da.
Esleitzen zaizkigun eginkizunen izaera edozein dela ere, beti
.gogoratuz gure funtsezko izaera betiko zoriona dela
Jakintsuen artean jakintsuena Jainkoa ezagutzen
saiatzen dena da, eta arrakastatsuen artean arrakastatsuena
.Jainkoa aurkitu duena da

Jainkozko Maitea, izan bedi lehen lekua gure bizitzetan,
bete bedi zure maitasun sendagarriak gure bihotzak, eta
uxatu bedi zure argi bedeinkatuak kezkaren iluntasuna gure
.arimetatik

Askatasunak kontzientziaren arabera jokatzeari esan nahi
du, ez ohituraren eta desiraren aginduen arabera. Egoari eta
haren kapritxoei men egiteak mugak sortzen ditu, eta
jakinduriaren bultzadei kasu egiteak, berriz, muga horietatik
.askatzea dakar

Bake mentala aurki daiteke ezaugarri onak kontzienteki
eta nahita garatuz, eta, guztiz garatuta daudenean, ezin
zaizkio jabeari kendu, berak bere borondatez uko egitea
.erabakitzen ez badu behintzat

Jende gehienak zoriontasuna bilatzen du metodo
okerrak erabiliz. Batzuek uste dute zoriontasuna bikoiztu
dezaketela jokabide okerrak eta ekintza osasungaitzak
hartuz, zoriontasun izugarri eta iraunkorraren promesa
distiratsuak eskaintzen dituztenak diruditenak, eta promesa
faltsu horiek engainatzen dituzte, benetako zoriontasunaren

zaporea ezin baita dastatu ilusio faltsuen eta ekintza okerren
.infernuan

Minutu bakoitza betikotasuna da, betikotasuna minutu
horretan bizi daitekeelako. Egunak, minutuak eta orduak
betikotasuna ikusteko leihoak dira. Bizitza laburra da, baina
aldi berean amaigabea eta mugagabea. Arima hilezkorra da,
eta giza bizitzaren kapitulu labur honetan, eskuragarri dugun
.potentzial eta aukera oro aprobetxatu behar dugu
Hitz espiritualak haziak bezalakoak dira, lur emankorra
behar dutenak ernetzeko, hazteko, loratzen eta fruituak
.emateko

Hazkunde espiritualak auto-hausnarketa, bizitzako
lehentasunak berrantolatzea, ohitura kaltegarriak
identifikatzea eta ezabatzea, eta osasun-arauak eta legeak
betetzea eskatzen du, ulermen espiritualaren bilakaerarekin
.eta indar mentalaren hazkundearekin bat etorritik
Dizipuluak jainkozko poza dastatzen duenean, Jainkoa
beste edozer baino errealagoa bihurtu zaiola ikusiko du, eta
jainkozko presentzia ukitzea zentzumen-plazer batek ere
.ezin parekatu dezakeen zoriona dela konturatuko da
Jainkoak gizakiaren kontzientzia espirituala esnatzeko
eta bere borondatea norabide egokian gidatzeko lan egiten
du bertutearen edertasunaren, tolerantziaren
handitasunaren, jakinduriaren maiestatearen eta zoriontasun
.espiritualaren distiraren bidez
Ez ditut besteak ezezaguntzat hartuko, denak nire anaia
edo arreba direla sentitzen dudalako. Nire bizitza
arrakastatsua eta betegarria egingo dut, besteei arrakasta
eta helburuak lortzen laguntzeko. Besteekin enpatizatuko
dut eta errukia erakutsiko diet neure burua erakusten dudan
bezala. Jainkoa maitatuko dut profetek eta santuek maite
zuten bezala, eta berekoikeria botako dut besteekiko
.maitasunaren putzuan
Heriotzaren menpe dagoen bizitza lurtar iheskor honen
atzean, bizitza betiereko eta aldaezina dago. Gorputza

usteltzen eta hiltzen diren elementu kimikoz osatuta dago,
baina existentzia iragankor honen atzean, Jainkoaren
presentzian dagoen bizitza betiereko eta zeruko bat dago.
Beraz, ez genuke gure arreta guztia gorputz iragankor
honetara mugatu behar, eta hura nahi dutenek haren probak
.jasan eta haren nagusi bihurtu behar dituzte
Gaur beharrean daudenei laguntzen saiatuko naiz eta
.ahal dudana gose direnei ematen
Jainkoaren babespean seguru eta babestuta nago, eta
nire kontzientzia garbiaren hormen atzean ontasunaren
argiarekin bat naiz, nahasmen eta antsietate itsaso batean
atsekabearen olatuek astintzen dituzten arimen itsasontziak
.gidatzen dituen
Gaur Jainkoa sentitzen dut nire baitan dardarka dabilen
eta nire bihotzeko hariak astintzen dituen bakearen
dardartian
Ahal dudana guztia egingo dut besteak zoriontsu egiteko,
neure burua zoriontsu egiten saiatzen naizen bezala, eta nire
zoriontasun espiritualaren bidez jainkozko maitasunaren
etxeko guztiei zerbitzatuko diet eta ez dut ezeren beldur
.izango nire kontzientzia engainatzen saiatzen banaiz

.Arimaren lorategietatik

Nonbaitera joateko asmoa duzu, eta presaka ibiltzen
zara hara azkar iristeko. Iristen zarenean, ohartzen zara ez
duzula lekua gustuko sentitzen duzun irrika, antsietatea eta
agian baita nahasmena direla eta. Horren ordeztu, saiatu
lasaiago, lasaiago eta orekatuago egoten. Zure
pentsamenduak kezka eta asaldurara jotzen badute,
.indarrez erreprimitu itzazu lasaitasuna berreskuratu arte
Zirrarak nerbio-sistemaren orekan eragin negatiboa du,
gorputzeko atal batzuetara energia kantitate handia
bidaltzen baitu, beste batzuei beren zati naturala kentzen
dien bitartean. Energia- banaketaren desoreka hori da
urduritasunaren kausa. Gorputz lasai eta erlaxatuak

nerbioak baretzen ditu eta ongizate psikologikoa sustatzen
.du

Jainkoarekin harmonian, barne-ikuspegia pixkanaka
garatzen hasten da. Fede osoa izan behar da Jainkoak
bihotzeko otoitz guztiei erantzungo diela. Argitasuna bilatzen
dion edonork bere ikuspegia irekiko du eta bere adimena eta
.bihotza argituko ditu

Ikuspegia irekitzen denean, bihotzetik datorrela dirudien
sentimendu gisa agertzen da, argitasun eta zehaztasun
sakoneko sentimendu gisa. Sentimendu honen bidez,
bilatzaileak konbentzimendu sendoa eta bide zuzena
jarraitzeko gidaritza sendoa lortzen ditu, eta pixkanaka
.sentimendu hori ezagutzen eta fidatzen hasten da

Horrek ez du esan nahi pentsatzea erabat uztea;
pentsamendu lasai eta inpartzialak ere ulermenera
eramaten du. Pentsamendu emozionalak, harrokeriak eta
auto-garrantziak bultzatuta, gaizki-ulertuetara eta ondorio
.okerretara eramaten du

Baztertu zalantza suntsitzaileak eta sinesmen faltsuak
bihotz-bihotzez, eta bihurtu zure bihotza eta arima fedearen
eta Jainkoarenganako konfiantza osoaren eremura.
Kontenplazioaren baretasunean, zure kontzientziak egian eta
ulermen zuzenean zentratu ahal izango du. Esperientzia
honetan, fedea loratu eta garatzen da, eta ikuspegi
sakonaren bidez, begiak ikusi ez duena, belarriak entzun ez
.duena eta giza gogoak pentsatu ez duena biziko duzu
Nire irrika eta erregu bakoitzak ateak eta leihoak
irekitzen ditu nire ariman, eta horietatik Jainkoaren
.zoriontasunera igarotzen naiz

Eguzkiak errepide jendetsuenetan distiratzen duen
bezala, jainkozko maitasunaren izpiak ikusiko ditut nire
.eguneroko jardueren leku jendetsu guztietan
Bedeinka nazazu, Jauna, egunsentiarekin batera nire
.arima esnatu eta zure atari bedeinkatura eraman dezadan

Jauna, eman iezadazu espiritu eskuzabala daukadana
besteeekin partekatzeko, eta lagundu iezadazu nire gogoaren
laku lasaian nire arimaren ilargiaren isla ikusten, Zure
.presentziaren argiaz distiratzen

Gaur Jainkoarenganako hausnarketa eta hausnarketaren
itsasoan murgilduko naiz, jakinduria eta jainkozko pozaren
.perlak aurkitu arte

Jauna, beste edozer baino gehiago maitatuko zaitut, zu
.gabe ezin baitut inongo gizaki edo beste ezer maitatu

Mendien sakonean eta zeru bareetan, eta nire arimaren
sakonean eta isiltasunaren kobazuloan, Jainkoaren
presentzia sumatzen dut eta haren etengabeko poza
sentitzen dut, eta haren iturri garbietatik edaten dut, inoiz
.amaitzen ezta betikotasun osoan lehortzen ez direnetatik

Maite zaitut eta gurtzen zaitut, Jauna, zeinaren
maitasuna nagusi den bihotz on eta maitekor guztietan
Norbaitek Paramahansa irakasleari eskatu zion nortasun

magnetiko eta erakargarri bat garatzeko modu bat
erakusteko, eta hark esan zuen: Besteekin elkarreraginean
mentalki presente egon behar duzu, arreta faltak kalte
handiagoa egiten baitio norberaren izaerari beste edozerk
baino. Noski, ez naiz pertsona handien arreta faltaz ari,
zeinen pentsamenduak normalean gai sakonetan murgilduta
.baitaude

Beti egon erne eta jakitun, eta iman erakargarri
.bihurtuko zara

Inori ez zaio gustatzen alde batera utzia izatea. Guztiok
nahi dugu gure sentimenduak kontuan hartuak izan daitezen
eta kontuan hartzea, eta era berean, besteen sentimenduak
kontuan hartu eta errespetua erakutsi behar diegu harmonia
eta ulermena lortzeko. Horretarako, erne, pertzeptiboa eta
.inguruko guztiei arreta jarri behar diezu

Hildakoek ez dute besteak iraintzeko botererik, baina
haiei jaramonik egiten ez dienak bai

Besteekin zaudenean, arretaz, energiaz eta
interesarekin elkarreragin haiekin, baina saihestu zeure
.buruaz hitz egitea

Denek nahi dute beren buruaz hitz egin, baina ikuspegi
ahula da. Utzi besteei beren buruaz hitz egiten nahi badute;
entzun zer esan behar duten. Utzi beren arazoez, lorpenez
eta inpresioez hitz egiten, baina utzi zure magnetismoak
zure izenean hitz egiten. Lanpararen argiak berez argi hitz
egiten du; utzi zure bibrazio isilak zure izenean hitz egiten
.argitasun berdinarekin

Jainkoak ikuskari batean erakutsi zidan guduan hiltzen
direnek heriotzaren amets ikaragarria dutela, baina onak
gorputzetik altxatzen diren bezain laster amesgaizto
kezkagarri batetik bezala esnatzen direla eta pozik daudela
.hortik libre egoteaz

Gure bizitzako esperientzia guztiak amets kosmikoaren
parte dira. Gizateriak gerraren amesgaiztoa sortu zuen,
baina amesgaizto honen biktimek beren gorputzak uzten
dituztenean, konturatzen dira amets ikaragarri bat izan zela
eta bertatik esnatu direla, eta ulertzen dute ez daudela
.hilda. Hau egia metafisiko sakona da

Pertsona batek ametsetan ari dela jakingo balu, ez luke
amets-esperientzia kezkagarriarik jasango. Baina ametsaren
barruan autoerrealizazioa lortzen badu eta norbaitek kolpe
hilgarri bat ematen badio, amets-heriotza benetako eta
beldurgarria dirudi, esnatu eta ez zela erreala konturatzen
.den arte

Hau heriotzaren ondorengo egoerari ere aplikatzen zaio.

Gure gorputzak uzten ditugun bezain laster, konturatzen
gara gure kontzientzia ez dela hil, baizik eta gorputzetik eta
haren muga eta muga materialetatik askatu garela, eta
.askapen horretan askatasun handia dago

Ez genuke inoiz heriotza eskatu behar, baizik eta gure
kontzientzia prestatu behar dugu Jainkoarekin harmonian
egonez eta Harengan meditatuz, heriotza bere garaian

iristen denean amets bat baino gehiago bezala ikus
.dezagun

Bizitzaren eta heriotzaren amets-izaera ikus dezaket
nahi dudanean Beraz, ez diot garrantzi handirik ematen
gorputz honi

Nerbio-sistemaren azpian fisiologia espiritual bat dago,
gizakiei kontzientziaren garapenaren etapa gorenetara
.iristeko aukera ematen diena modu paregabe

Giza garuna, baleak eta elefanteak izan ezik animalia
gehienen garunak baino handiagoa dena, konplexuagoa da
eta pentsatzeko gaitasun handiagoa du. Horrek giza garuna
tresna egokia bihurtzen du gizakientzat, beste izakiek baino
kontzientzia aurrerratuagoa baitute. Garunaren konboluzio
korapilatsu eta konplexuek gizakiei sakonki eta sakonki
pentsatzeko aukera ematen diete. Beraz, gizateria bakarrik
da gai bereizketa-maila aurrerratuak lortzeko, eta, ondorioz,
bere Sortzailea ezagutzeko. Pertsona jakintsua da bere
gaitasun intelektualak gizateriaren zerbitzura eta onurarako
erabiltzen dituen, maila material, intelektual eta
.espiritualean

Negua bere lili-antzeko kapa hotz, zuri eta zuriarekin
iritsi zen

Udako pozetarako nire nahiak desagertu egin dira
Zure bihotz onaren berotasuna bilatzeko esan zidaten
Eta udaberria agertu zenean, dantzan, lore mota

guztiekin apainduta
Zelai eta muinoen usainarekin, maitatzeko esan zidaten,
ene Jainkoa

Eta uda iritsi zen, bere melodia berdeak hosto samurren
artean kantatuz, makalen zurrumurrua eta pinuen
zurrumurrua

Errezitatzeko eskatu zidan
Lur bigun eta samurrak ere laztandu zituen nire oin
presatuak

Eta zure santutegi guztiz existitzailera hurbiltzeko
eskatu zien

Usain leunak bere bidea jarraitzeko esan zidan
Zure tenplu santura, arrosa eta albahaka kulunkarien
bihotzean

Eta txoriek esan zidaten zuri abesteko haiek bezala
Eta haize uhintsua erreka eta erreken gainetik
Zureganako maitasunaren burbuilak esnatu nituen, eta
zure bular handiaren gainean jolasean hasi ziren
Eta belarraren zuntz kurbatuekin, nola tolestu ikasi nuen
Zure aurrean makurtzen naiz, Jauna
Eta intsentsuak zure lurrinaren usain zoragarriaren berri
ere eman zidan

Eta nola mantendu behar dut nire bihotza zure usain
?sakratuz beteta zure tronu infinituaren aurrean
Eta harri txiki, isil eta pazientziatsuek esan zidaten, nire
zoriona lapurtzen saiatzen direnengan ere zu ikus nezakeen
Ahaztutako urteek eskatu zidaten nire kideei maitasun
eta maitasun mezu bat bidaltzeko, minutu eta segundo
.guztietan bilduta
Eta pentsamendu bakoitzak esaten zidan bere bihotzean
zu bilatzeko

Nire maitasunak zure bidez existitzen den guztia
maitatzera bultzatu nau
Eta nire maitasunak xuxurlatu zidan: "Maitatu nazazu
"daukadan indar guztiarekin, ene Jainkoa
Behin belar eta lore ohe batean etzanda nengoen eta
amets egin nuen existitzen zen guztia ederra eta alaia zela
Nire burua belar altu, berde eta lodien gainean zegoen,
usain gozoa zekarten haizearekin haizatzen nindutenak
Orduan, nire eskua eta nire gorputza ukitzera bultzatu
ninduen, eta bere Sortzailearen handitasunak harritu
ninduen. Bai, harritu nintzen nik, nire gorputzaren
errealitateaz ziur nagoen honek, egunen batean lurrean
atseden hartzen utziko nuelako, heriotzaren unean hotz,

zurbil eta geldirik bihurtuko den gorputz hau, orain bizitzaz
beteta dagoela dirudien bitartean eta ehunka sentsazio,
milioika pentsamendu eta milaka milioi fantasia eta
.pertzepzio gordetzen dituen bitartean

Gorputz hau bizitzaren kapituluak garatzen diren
eszenatokia da, irribarreen kimuak loratzen diren tokia, eta
ondoren heriotzaren etorrera saihestezina. Hemen, haragi,
hezur eta odol artean, eta larruazaleko maskara ederraren
atzean, gaixotasunaren otsoak eta desiraren piztiak
ezkutatzen dira. Eta hemen ere, haragiaren azpian, argiaren
erreinura doan pasabide sekretu bat dago. Gorputz hau
ihartu eta desagertu egingo da bere nagusiak —arimak—
behin betiko alde egiten duenean. Eta zergatik ez? Izan ere,
bizileku fisikoaren nagusi argitua materiaren lokatz eta
xehatuan bizitzeaz nekatzen denean, etengabeko zaintza
eskatzen duten nerbio-sokek lotuta, Jainkoaren lurraren
txoko bateko beste etxe batean aurkitzen du
kontsolamendua, existentzia osoaren beste eremu batean,
.non pozaren usaina nonahi eta etengabe hedatzen den
Arima hilezkorrak bizitzaren eta heriotzaren papera
jokatzen du irribarre iraunkor batekin, eta gero bere betiko
etxera joaten da

Zinema-ikusleak derrigortuta al daude zineman betiko
geratzera ikuskizuna amaitu ondoren? Noski ezetz. Jendeak
etxera itzuli behar du. Era berean, arimak hona etortzen dira
bizitzaren ikuskizun zinematografikoa gozatzerako, gero alde
egiten dute eta berriro itzultzen dira. Filmak eta antzezlanak
ikustea maite dute, eta amestu zituzten emanaldiez
nekatzen direnean, eta Jainkoak ikas diezazkien nahi dituen
lezioak menperatzen dituztenean, behin betiko itzultzen dira
.betiko zoriontasunera

Balioak justizian oinarritzen ez direnean, zuloak irekitzen
dira, eta horietatik miseria eta sufrimendua iragazten dira.
Balioak berekoikerian, gatazka hilgarrietan eta lehia
gogorrean oinarritzen badira, emaitzak zikinduak izango

dira, motiboak ez baitira garbiak, eta dirua ez da
.bedeinkatua izango kasu horretan
Pertsona batek bere kontzientzia berekoikeriatik garbitu
behar du eta ez saiatu besteen kontura aberasten. Benetako
asebetetzea espirituala da, ez materiala, eta bizitzako
benetako irabazia jakinduria, ezagutza eta Jainkoaren
.maitasunaren altxorak edukitzea da
Sipleki bizi behar dugu eta beti saiatu besteei
laguntzen eta haien egoera ahalik eta gehien hobetzen.
Baina helburu noble hau bateraezina da besteekiko
.errespeturik gabeko berekoikeriarekin eta gutiziarekin
Mundutarrak desorekatuak dira eta, beraz, ez dira
arrakastatsutzat hartzen Bizitza siple eta orekatua arte
zoragarria eta arrakastaren seinale da Dirua lortzea helburu
.bakarra dutenek ez dute Jainkoaren faborea aurkituko
Egia da Jainkoak gosearen sentimendua txertatu zigula
lan egin eta gure gorputzak hornitu ahal izateko, baina
gorputza hornitzea ez da bizitzaren helburu bakarra.
Helburua edozein kontsiderazio material edo tenporal baino
askoz handiagoa da, zenbaterainoko zoragarria, loriatsua eta
.liluragarria iruditzen arren

Dizipuluetako batek Paramahansa maisuari galdetu zion

nola bizi jainkozko presentzia. Maisuak erantzun zion:
"Gauero, loak hartu aurretik, mediatu zure kontzientziak
pentsamenduen mundua zeharkatu eta beste dimentsio
batean sartu dela sentitu arte. Hala ere, hori ez da dena.
Adimena barrurantz begiratu ondoren, irrika agertu behar
da, eta desirak uholde bat bezala oldartu behar dira
Jainkoarengana. Dizipuluak Jainkoari erabat amore ematen
dionean, bat-batean sentitzen du bere presentzia
bedeinkatua ukitu duela eta hura ezagutu duela. Distira
handiko argi handi bat ikusiko du, eta aingeruak eta arima
onberak ikus ditzake. Edo usain zerutiar liluragarri bat
usaindu dezake, eta orduan jakingo du Jainkoak erantzun
diola, eta bere ikuspegia irekiko zaio, eta Jainkoak bizitzaren

sekretuak agerian utziko dizkio. Edo bake handian bilduta egon daiteke meditazioan zehar. Meditatzeko jarraitzen badu eta Jainkoak bere maitasun handia ematen badio, deskribaezina den jainkozko poza sentituko du. Bedeinkatua ."da esperientzia zoriontsu hau ematen zaiona

Jainkozko maitasunak zeruko atea irekitzen du, eta horren bidez bilatzailea Jainkoaren presentziara sartzen da Jainkoari, eskuzabal eta jakintsuari, betiko bizitzaren ogia eskatzen badio pertsona batek, ez dio ezjakintasun materialaren harria emango. Gurtzaile batek jakinduriaren janaria bilatzen badu, Jainkoak ez dio engainuaren sugea eskainiko. Gurtzaile batek egarri guztia asetzen duen jainkozko zoriontasunaren esentzia eskatzen badio Jainkoari, ez dio antsietatearen eta estres psikologikoaren eskorpioia emango. Gizaki engainatuek badakite opari onak nola eman seme-alabei, zenbat gehiago emango die Jaunak —ontasun eta poz guztien iturriak— ezagutza espirituala eta argitasuna !bera maite dutenei

Jainkoak jakinduria gorena eta ezagutza handiena ematen die bilatzen dituztenei, eta bere burua ematen dio ordezkorik onartzen ez duen bilatzaile sutsuari. Jainkoa bihotz eta arima osoz bilatzen duena da jakintsuen artean jakintsuena, eta Jainkoarentzat jenderik maiteena. Eta gurtzailearen irrika areagotzen denean, Jainkoarengandik erantzun arraro eta maitea jasotzen du eta Maitea maite .dutenek bizi duten maitasun estasi paregabea bizi du Kosmos amets honetan bere eginkizuna betetzen duen pertsona jakintsua, kontzientzia espiritualarekin eta gero eta jainkozko irrika handiagoarekin, Jainkoarengandik hurbil dago eta maite du. Maitasun hutsa du eta Jainkoa maite du inolako motibo berekoirik eta aurrebaldintzarik gabe, esate baterako, "Jauna, gurtuko zaitut osasuna, dirua eta bizitza ."erosoa ematen didazun baldintzapean Jakintsuen eta Jainkoaren artean maitasun sakon eta elkarrekikoa dago, mugagabea eta amaigabea. Norbaitek

Jainkoari zerbait zehatz eskatzen badio, Jainkoak badaki
pertsona hori haren dohainetan interesatuago dagoela
.beragan baino

Ez dago gaizki pertsona batek bere beharrak asetzeko
otoitz egitea, baina Jainkoa ezagutu eta bere aurpegi
loriatsuaren argia ikusteko erregutzen duenean, ez luke
hortik inolako irabazi pertsonalik nahi izan behar, ezta bere
pentsamenduak oparietara mugatu behar ere,
Emailearengana baizik. Bilatzaileak zintzotasunez hori
egiteko gai denean, automatikoki jasoko ditu beste opari
guztiak eskuzabaltasunaren iturburutik eta oparotasunaren
.ozeanotik

Dizipuluetako batek Paramahansa irakasleari aholku
eskatu zion egoera batzuetan nola jokatu eta besteekin nola
:moldatu, eta honek esan zion

Jarrai ezazu egia eta ez aldendu bertatik, eta saihestu
zuri edo besteei kalte egin diezaiekeen ezer esatea, egia
bada ere , egiaren espiritutik aldentzen ez zaren bitartean.

Aldi berean, ez zara kontrako muturrera joan eta gezurra
.esan behar egia mingarriak ez esateko

Izan zaitez zintzoa zure buruarekin eta besteekin,
beharrezkoak ez diren gauzetan gelditu gabe. Esan egia eta
saihestu inori min egiten dioten edo kalte egiten dioten
gauzak esatea. Ez agerian utzi zure sekretu guztiak
zintzotasunaren eta gardentasunaren izenean, zure
ahuleziak agerian uzten badituzu, mindu edo iseka egin nahi
izango dizutelako nahi dutenean. Zergatik eman iezaiezu
?zure aurka erabil dezaketen arma bat

Zure buruari eta besteei zoriontasuna eta bakea
ekartzen dien moduan hitz egin eta jokatu

Beharrezkoa da bereizketa espirituala garatzea, ongia
dakarren egiaren eta horietatik etor daitezkeen ondorioak
kontuan hartu gabe gertaerak kontatzearen arteko aldea
ezagutzeko, gauzak amaieraren arabera epaitzen baitira. Ez
da komeni dakizun guztia esatea, ezta besteek beren

onerako jakin beharko lituzketen gaiei buruz iheskorra eta
.sekretua izatea ere

Bereizmen osoa ez duzunean, hobe da hitz egitean
erreserbatuta egotea, egia zuzenean ulertu arte, emaitza
.justuak lortu arte guztiontzat

Jarraitu Jainkoarengan pentsatzen eta eskatu haren
laguntza eta gidaritza, eta zure ikuspegia zabalduko da
.gauzak argi ikusteko eta hobeto bereizteko gai izateko

Gorputzeko zelulak gaztetasun bizitasunez

kargatzea

Energia kosmikoa etengabe eta etenik gabe isurtzen da
gorputzean, baina jende gehienak ez da konturatzen
bizitasun ugari horretaz. Sentitzen dutenek energia-bolada
bat eta indar berritua ematen dien korronte freskagarri bat
.sentitzen dituzte beren zeluletan

Natura osoak Unibertsoaren Jaunari errespetuz
makurtzen zaio, eta haren boterea gizateriaren bidez
isurtzen da. Arazoa gizateriaren eta botere guztien iturriaren
arteko lotura sendo bat lantzeko porrotean datza. Jainkozko
boterearen bidez bizi gara zuzenean, eta beste botere
.guztiak alferrikakoak dira Jainkoaren sostengu-indarra gabe
Janaria, oxigenoa eta eguzki-argia —elementu hauek
osasun maila bat eman diezagukete, baina ulertu behar
dugu nola lortu osasun osoa Iturri Infinitutik. Iturri materialak
bateria txikiak bezalakoak dira, azkenean kargatzen direnak,
eta Iturri Infinitua, berriz, sorgailu indartsu bat da, zeinaren
indarra ez den inoiz gutxitzen, arimari etengabe bizitasuna,
zoriontasuna eta indarra ematen diona. Beraz, oso
.garrantzitsua da ahalik eta gehien Iturri Infinituan fidatzea
Nahi duen pertsonak iturritik zuzenean hornidura
horretatik etekina ateratzeko modu zuzena ikasi behar du,
eta pentsamendua errealitatea dela konturatu behar du,
fenomeno natural guztiak jainkozko pentsamenduaren
gorpuzte bat baitira, Jainkoak lur honi buruz pentsatu
.baitzuen sortu aurretik

Askok uste dute pentsamendua gorputzaren produktua dela, baina gorputzaren eraketa zehatz-mehatz zehatzak eta bere atalen eta organoen arteko koordinazio zoragarriak argi adierazten dute gorputza adimen kosmiko goren baten .sorkuntza dela

Adimena da gorputza kontrolatzen duen elementu nagusia, eta oso garrantzitsua da pertsona batek gaixotasuna, ahultasuna, zahartzea eta frustrazioa bezalako giza gabezien iradokizun mentalak saihestea, eta ziurtatzea jarduera agortezin bat igarotzen dela berarengan, eta jarduera hori adimenez hornituta dagoela eta gorputzeko zelulak ongizatez eta gaztetasunaren bizitasunaz kargatzeko .gai dela

Pentsamendua garuna da, zelula bizidun ororen emozioak eta sentsazioak; gorputza aktibo eta erne edo letargiko eta geldo mantentzeko ahalmena du.
Pentsamendua da nagusia, eta gorputzeko zelulak dira haren menpekoak, beren nagusi gorenaren aginduak eta debekuak .betez: pentsamendua

Egunero jaten dugun janariaren kalitateari arreta handia jartzen diogu, eta era berean, egunero gure gogoari ematen diogun janari intelektual eta psikologikoaren kalitateari .erreparatu beharko genioke

Zientzialari metafisikoak dio gorputza ez dela uhin elektromagnetiko bat, baizik eta kontzientziaren uhin bat .jainkozko kontzientziaren itsasoan flotatzen
Egunero gure indar fisikoa indartu, gure indar mentala handitu eta gure benetako nia ezagutu behar dugu meditazioaren, pentsamendu sendoaren eta gorputzari, adimenari eta espirituari batera mesede egiten dion lan .positibo eta emankorraren bidez

Jainkoak zoriontasunez bedeinkatu nau nire bizitzako urte luze hauetan zehar. Jendeak nire aurpegian poztasun irribarrea ikusten duen ala ez, jainkozko poza beti dago nirekin eta ez nau inoiz uzten. Zoriontasun ibai handia

etengabe isurtzen da nire kontzientziaren hondarren azpian
eta iturburu bedeinkatu gisa lehertzen da, nire bizitzako
.lorategiak ureztatzen dituztenak

Ez bizitzaren bat-bateko gorabeherak ezin didate bakea
asaldatu, ezta heriotzaren mamuak ere sentitzen dudan
.zoriontasun espirituala kendu

Zaila izan zen egoera hori iraunkor eta aldaezina
bihurtzea, baina orain gozatzen ditudan eta besteekin
partekatzen ditudan espirituaren fruituek merezi izan zuten
.egindako ahalegin guztia

Jainkozko espirituak gidatuta pentsatzen eta jokatzeko
dut. Dirua ez da inoiz nire bizitzako helburua izan, baizik eta
gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzea. Horregatik,
Jainkoak ontasunaren ate asko ireki dizkit neure burua
mantentzeko eta nire misioa betetzeko. Eta laguntza behar
.dudanean, Jainkoak berehala ematen dit

Nire nahi bakarra zuri zerbitzatzea da, eta horregatik
nago hemen

Jainkoaren boterea zuen bizitzetan ere lanean ari da.

Egia hau zeuen kabuz biziko duzue zuen fedea sendotzen
denean eta benetako aberastasuna ez datorrela arrakasta
materialetik, baizik eta Ahalguztidunarengandik konturatzen
.zarenean

Bizitza aurreikusezina, kapritxosoa eta misteriotso
samarra dirudien arren, zalantzaz eta arazo eta asaldura
mota guztiez betea, Jainkoaren etengabeko babespean
gaude. Ez dugu gauzak gehiegi handitu behar edo
lasaitasuna galdu gertaeren aurrean, izua gainditzeko uzten
badiogu, gaizkiari boterea ematen diogulako eta haren
sustraiak sakontzen ditugulako, beldurraren eta
.antsietatearen lurzoruan hazten eta loratzen direnak

Ez genuke espero behar bizitzako probetan zoriontasun
eta bake iraunkorra aurkitzea; aitzitik, geure baitan bilatu
eta aurkitu behar ditugu. Gero, edozein esperientzia bizi izan
arren, beste norbaiten esperientziak film batean ikusten

ditugun modu berean egingo diegu aurre, atseginak edo
.mingarriak izan

Pertsona batek bere esperientzia guztiak proba mingarri
eta zorigaiztoko bihur ditzake bere buruari hori egiten uzten
badio. Osasun onez gozatu dezakete, baina hala ere, haren
balioa estimatu gabe. Baina gaixotzen badira, apaldu eta
ongizatearen bedeinkapena estimatuko dute. Jainkoaren
faborea aitortu eta ematen dizkigun bedeinkapenengatik
eskerrak eman behar dizkiogu, egoera kaltegarrien zain
egon gabe, esker oneko sentimenduak izan eta haren grazia
.aitortu arte

Bizitzak hausnarketa eta ekintza nahasketa bat izan
beharko luke. Pertsona batek bere oreka psikologikoa
galtzen duenean, kezka, atsekabearen hodei eta minaren
atsekabeen aurrean zaurgarri bihurtzen da. Eta osasunaren,
oparotasunaren eta jakinduriaren legeak hausten saiatzen
bada, ezinbestean gaixotasuna, pobrezia eta ezjakintasuna
.jasango ditu

Gure asmoak garbi mantendu behar ditugu, gure
motiboak garbi, eta lasaitasuna ekartzen diguten moduan
jokatu, eta ez utzi bizitzako egoerek gure bakea asaldatzen
.eta gure zoriontasuna suntsitzen
indartu gure adimena eta baztertu urte eta belaunaldiz
belaunaldi heredatutako ahultasun intelektual eta moralaren
zama. Ezpurutasun hauek erre egin behar dira erabaki
berrituaren eta ekintza produktiboaren sutan. Ikuspegi
eraikitzaile honekin, benetan konprometitutako norbanakoak
.askapenaren eta askatasunaren horizonteetara irits daiteke

Zoriontasunaren betiko legeak

Indiako agintari zuzenetako baten urrezko aroan ez zela
gertatu bere erreinuko bakea eta harmonia osoa asaldatzen
zuen gertakaririk, heriotza goiztiarrik edo hondamendi
.naturalik esaten zen

Familiako kideak osotasun handiagoarekin bizi direnean,
etxe guztiek harmonia, osasun eta maitasun gehiago izango

dute. Baina familiako kideek elkar berekoikeria itsusiarekin tratatzen dutenean, etxea automatikoki desadostasunez eta gorrotoz beteko da. Hori nazioei ere aplikatzen zaie. Jendeak zintzotasunez eta osotasunarekin bizi denean, Jainkoaren .Erreinua ikusiko dute Lurrean

Denbora gutxi da Gaur hemen gaude, bihar alde egingo dugu Jainkoaren bilaketa gizateriaren pribilegio handiena da Jainkoak bizitza honetan eman digun askatasuna ahalik eta gehien aprobetxatu eta zentzuz erabili behar dugu, betiko .egia espiritualak pertsonalki bizi ahal izateko Bekatua pertsona bati mina eta sufrimendua eragiten dion guztia da. Bertutea da betiko zorientsu egiten duena. Pertsona batek bere pentsamenduetan harmonia espiritualik eta bere baitan bakerik ez badu, etxe berri batek, auto berri batek edo beste edozer gauza berrik ezingo dio zorientasuna eta lasaitasuna ekarri bere arimari; aitzitik, bere barne-tormentua mantenduko da gauza berri horiek eta gehiago .eskuratu arren

Benetako zorientasuna zirkunstantzien aurka egiteko eta kanpoko proba guztiei aurre egiteko gaitasunean datza. Besteen aurreiritziek eta kalte egiteko eta tranpa egiteko saiakera gaiztoek eragindako mina eta zailtasun gogorak jasan ditzakezunean aurkitzen da, eta haien transgresioei maitasunez eta barkamenez erantzuten diezunean. Kanpoko zirkunstantzien ziztada mingarriak izan arren, zure lasaitasuna mantentzeko gai zarenean, orduan dastatuko .duzu zorientasuna

Eskritura Santuek diote jainkozko aginduak alde batera uzten dituztenek eta beren desira eta kapritxo ergelak jarraitzen dituztenek ez dutela zorientasunik aurkituko ezta beren azken helburua lortuko ere. Egiaren bilatzaileari Eskritura Santuak bere gida-argi eta epaile bihurtzera animatzen diote zer egin behar den eta zer saihestu behar den erabakitzeko, eta gauzak bereiztera eta jakinduriaren .arabera jokatzera

Beren buruarengan konfiantza dutenak osotasunez
jokatzen dutenak dira Zoriontasuna pentsamendu
garbietatik eta ekintza zuzenetatik bakarrik dator Orain
zoriontsu bazara, etorkizunean zoriontsu izango zara, bai
.hemen bai hurrengo munduan

Zorte onaren uzta metatu behar dugu jakinduriaren
fruituak bilduz, eskuragarri dauden aukeren eguzkia
distiratzen duen bitartean. Beste era batera esanda, aukerak
.aprobetxatu behar ditugu beranduegi izan baino lehen
aukera aprobetxatzen ez Aprobetxatu aukera,)
(baduzu, damu iturri bihurtuko baita

Jainkoak agindu izeneko lege espiritualak eman dizkigu.

Baina agindu hauek egunero eta nonahi baztertu eta
hausten dira. Jendeak haien esanahi espiritualak ulertzen ez
badu, beti kexatuko da eta alde batera utziko ditu. Agindu
hauek erlijio abrahamiko guztiek onartutako jokabide-kode
iraunkorrak dira. Hala ere, testuek askotan ez dituzte
azaltzen agindu hauen alderdi psikologikoak eta haiek
jarraitzearekin lotutako onurak. Jendeak agindu hauek
onartzen ditu gurtza-lekuetan, baina ez ditu betetzen
horietatik kanpo, eta hori justifikatzen dute arau hauek ez-
praktikoak, logikoak ez direla eta garaiarekin bat ez
datozenak direla esanez. Hala ere, agindu hauen urratzea da
.munduko miseria guztien erroa

Baina zein da agindu horien onura eta non daude haien

?abantailak

Liburu santuek gizakiari Jainkoa kontenplatzeko, bere
gogoan Harengan murgiltzeko, dena Hari uzteko eta gurtza
zintzoarekin gurtzeko aholkatzen diote, hipokrisiarik eta
.itxurakeriarik gabe

Jainkoa jakitea bizitzaren azken helburua izan behar
dela Munduko betebeharrak ezin dira bete Jainkoak
gizateriari eman dion botererik gabe Ohiko betebeharrak
egitea Jainkoa ahazten dugun bitartean akatsa eta bekatua
.da

Bekatuak ezjakintasuna esan nahi du: gizakiaren ongi
gorenaren aurkako moduan jokatzeari
Zergatik sentitzen dute jendeak tristura eta damua? Ez
zutelako zuzen jokatu, Jainkoa ez zegoelako lehenik haien
.bihotzetan

Pertsona baten bizitzan ez da ezer Jainkoa baino
garrantzitsuagoa izan behar. Pertsona batek Jainkoa benetan
zaintzen badu eta Harekiko duen betebeharrak espirituala
betetzen badu, bere egoerak hobetuko dira modu guztietan,
eta seguru eta babestuta sentituko da inguruko egoera
.guztiak gorabehera

Pertsona batek Jainkoa ez den beste edozer gauza
gurtzen hasten den bezain laster, zorigaiztoa bihurtzen da
haren patua. Gauza hauetan arreta guztia jartzen dutenek,
egia esan, gurtzen dituzte, eta, beraz, ez dira
Jainkoarengana hurbiltzen, baizik eta Harengandik urruntzen
dira. Baina Jainkoa kontenplatzen dutenek, Harengan
hausnartzen dutenek eta Harekin bihotzean elkartzen
direnek Harengana hurbiltzen dira eta barne-poza bizi dute
.Harekin duten isiltasun-komunioan

Jainkoa bakarrik da gai gizakien ametsak eta
zoriontasun iraunkorrerako itxaropenak betetzeko. Beraz, ez
.da ezerk Jainkoaren lekua hartu behar bihotzean
Badira bilatzaileak Jainkoa gogoratzen eta Harengana
hurbiltzen lagun diezaioketen sinbolo sakratuak. Hala ere,
persona batek sinbolo hauek gurtzen hasten bada, kalteak
onura handiagoa izango du. Gurtza Jainkoari bakarrik
.zuzendu behar zaio, beste ezer ez baita gurtza merezi
Errituzko gurtzaren izaera edozein dela ere, Jainkoak
onargarria da, baldin eta gurtzaileak kontzientzia
espiritualarekin eta Harekiko irrikaz egiten badu. Hala ere,
jende askok ez du gurtzaren funtsa ulertzen, eta haien
pentsamenduak eta bihotzak Jainkoagandik erritualetara
desbideratzen dira, eta, beraz, ez dute etekin handirik
.ateratzen gurtzatik

Benetako gurtzaileek ez dute beren kontzientzia irudi
edo forma batera mugatzen uzten, baizik eta maitasun
sakonenarekin eta arreta osoz irudi eta forma guztien atzean
.dagoen jainkozko espirituan zentratzen dira
Jainkoa absolutua eta infinitua da, eta ez dago irudi edo
.estatuari hura edukitzeko gai denik

Esan daiteke Jainkoa zinez maite duen eta berarekin
harmonian dagoen ororengan agertzen dela, nonahi baitago
eta, beraz, guztiengan. Hala ere, ez du denek jainkozko
presentzia adierazteko gaitasuna. Eguzkiak berdin distira
egiten die ikatzari eta diamanteari, baina diamanteak
eguzki-argia jasotzen eta islatzen du, ikatzak, berriz, ezin du.
Era berean, pertsona guztiak murgilduta daude Jainkoaren
argitan, baina gutxi batzuk baino ez dira gai argi hori
jasotzeko eta beren pentsamenduetan eta ekintzetan
islatzeko. Horretarako, meditazioaren bidez eta jainkozko
irakaspenak eta aginduak jarraituz garbitu behar dute beren
.burua

Jainkoaren izena ahoskatzen dugunean, sakon eta
zintzoki kontziente izan behar dugu esaten ari garenaz.
Otoitzean jendearen pentsamenduak ikusi ahal izango
bazenitu, ikusiko zenuke gehienek Jainkoa ez den guztia
pentsatzen dutela, nahiz eta haren izena ahoskatu! Otoitz
.hori alferrikakoa eta baliogabea da
Otoitz egiten dugunean, gure gogo osoa Jainkoarengan
zentratzen saiatu behar dugu, haren izen bedekintua
errepikatu eta gure pentsamenduak noraezean dabilzan
bitartean. Nire izeba batek bere otoitzak aleetan errezitatzen
zituen, eta gutxitan izaten zituen eskuetatik kanpo. Baina
egun batean aitortu zidan berrogei urtez otoitz ohitura hori
praktikatu arren, Jainkoak ez zituela bere otoitzak erantzun.
Ez da harritzekoa! Bere "otoitzak" urduri jartzen ziren ohitura
.bat baino ez ziren

Otoitz egiten dugunean, Jainkoagan bakarrik pentsatu
behar dugu Gure gurtzan zintzoak eta gure erreguetan

debotoak izaten ahalegindu behar dugu Otoitz-aleak erabiltzea eta Jainkoaren izena etengabe deitzea guztiz onargarria da praktika bihotzetik datorrenean eta zintzotasunak eta gogo fokatuak babesten dutenean Hala ere, praktika hau automatiko bihur daiteke denborarekin Jainkoaren izena xuxurlatu behar dugu gure bihotzetan,

irrika eta jainkozko maitasunaren arrosarioan; hau da Jainkoaren bihotza ukitzen duen benetako gurtza. Jainkoaren izena hotz eta gogo galdu batekin ahoskatzea blasfemia eta errespetu falta da. Otoitz egiten dugunean, bihotza eta gogoa Jainkoaren maitasunez bete behar dira. Yoga ariketa altuagoen bidez arreta mentala praktikatzek Jainkoarengana hurbiltzen laguntzen digu, aintza eta distira iturri gorena dena, eta baita Harekin hausnartzen eta .komunikatzen ere

Ezinbestekoa da astean egun bat erretiro espiritualari eskaintzea (ahal bada), Jainkoaren kontenplazioa egiteko eta lasaitasuna, bakea eta barne-bakea bizitzeko. Horrela igarotako denborak balsamo lasaigarria izango da aste osoan zehar izango dituzun arazo eta antsietateetarako Guztiok behar dugu astean egun bat bakardadean edo

"erretiro espiritual" batean igarotzea, zauri eta min emozionalak sendatzeko. Egun hori bake, poza eta asebetetze egun bihurtzen denean, irrikaz itxarongo duzu .astetik aстера

Bakardadea handitasunaren prezioa da. Harrituta geratuko zara erretiro espiritual honen eta zure espirituarekin eta Jainkoarekin loturaren bidez zure gogoarentzat, gorputzarentzat eta arimarentzat lortuko diren emaitza zoragarriekin. Benetako zoriontasuna bilatzen baduzu, jainkozko bakearen ozeanoan murgildu behar duzu goizean goiz esnatzean, eta baita gauetz lotara joan aurretik .ere

Indiako jakintsuek ez dute egun bakarti bat bakarrik gomendatzen, baizik eta egunero lau une zehatzetan

meditazio isila egiteko beharra azpimarratzen dute.
Egunsentian, jaiki eta inor ikusi aurretik, lasaitasunaz eta
bake sentsazioaz gozatu behar da. Eguerdian, bazkaldu
aurretik gogoia baretu behar da, eta berriro ere bake aldi
batez gozatu afaldu aurretik. Azkenik, gauean oheratu
.aurretik, berriro bake egoeran sartu behar da
Bakardadean eta eguneroko lau aldi hauetan zehar
isiltasuna arduraz betetzen dutenek Jainkoarekin harmonian
sentituko dira. Aldi horiek guztiak bete ezin dituztenek
gutxienez goizeko eta arratsaldeko orduak eskaini beharko
lituzkete. Horrela eginez, beren bizitzak hobera eraldatuko
dira eta zoriontasuna biziko dute; esperientzia da frogarik
.onena

Zure banku-kontua estaltzeko adina diru sartu gabe
txekek idazten eta sinatzen jarraitzen baduzu, dirurik gabe
geratuko zara. Gauza bera gertatzen da zure bizitzarekin.
Zure bizitzako kontuan bakearen gordailu erregularrik gabe,
zure energia agortu egingo da, zure lasaitasuna desagertuko
da eta zure zoriontasuna lurrundu egingo da. Laburbilduz,
azkenean porrot emozionala, mentala, fisikoa eta espirituala
jasango duzu. Baina Jainkoarengan eguneroko meditazio
.sakonak zure arimaren gabeziak konpentsatuko ditu
Bilatzaile debotoak egunero meditatzen du, Jainkoarekin
elkartuz bihotzeko maitasun eta irrika guztiarekin, bere
burua agertzeko erregutuz. Jainkoaren maitale bazara eta
haren presentzia bizi nahi baduzu, zure gogoia eta gorputza
haren bakean murgildu behar dituzu, eta bizitzak irribarre
egingo dizu, eta zure gauzak modu askotan hobetuko dira.
Pertsona lasaiak gutxitan egiten ditu akatsak eta arrakasta
.du milaka huts egiten duten lekuetan
Jainkoaz pentsatzen ez dutenak edo berataz arduratzen
ez direnak deprimitu eta zorigaitzoko bihurtzen dira.
.Suminkor bihurtzen dira eta ibiltzeko makina bihurtzen dira
Jakinduriaren eta bakearen eguzkia lasaitasunaren
zeruan aterako da eta zure izatea bere izpi sendagarriekin

inguratuko du, ahalegin espirituala egiten baduzu eta
.Jainkoari zure bihotzean lehen lekua ematen badiozu
Hausnarketa eguna atsedeen fisiko eta mentalaren eguna
eta barne bakea lantzeko eguna ere izan beharko litzateke.
Jakinduria eta bakea ematen duen edozein jardueran
.bedeinkatua da egun horretan
Gurasoak ohoratzeari dagokionez, liburu santuek
gomendatu dute ondo tratatzea: "Ohoratu zure aita eta
."ama" eta "Izan zaitez jator gurasoekin
Giza aita-amak Jainkoaren ordezkari gisa ohoratu behar
dira, gizateria sortzeko dohaina eman baitzien. Ama
Jainkoaren maitasun hutsaren irudikapena da, ama maitekor
batek barkatzen baitu inork barkatzen ez duen lekuan. Aita
Jainkoaren jakinduriaren eta bere seme-alabentzako
.babesaren adierazpena da
Pertsona batek ez luke bere aita eta ama Jainkoagandik
aparte maitatu behar, maitasun horren adierazpen gisa
baizik. Babeslea eta jakintsua den jainkozko espiritu gorenak
aita eta ama bihurtzen da haurrari laguntzeko, beraz,
.gurasoengan ohoratu behar da
Eskriturak ere ez digute aholkatzen hiltzeagatik hiltzea,
orduan hiltzaile bihurtzen baita. Pertsona batek ez luke beste
baten bizitza kendu behar emozio biziko une batean. Hala
ere, maite dituzunak mehatxatuta badaude, Jainkoak haiei
eman dizkienak babesteko borrokatu behar da, norberaren
.familia eta herrialdea defendatzea betebeharrak sakratua baita
Adulterioaren debekuari dagokionez, sexu-batasunaren
helburu ideala Jainkoaren irudian sortutako seme-alabak
sortzea eta elkarrengan Jainkoa ikusten duten ezkontideek
sentitzen duten maitasun garbiaren adierazpena izan
beharko litzateke. Benetako maitasunari edo sexu-desira
sortu zen helburu gorenari inolako erreparatu gabe, maila
fisikoan soilik bizi direnek adulterioa egiten dute agindu
honen arabera. Kasu honetan, ez dira desberdinak beren

sexu-gogoak ase eta gero beren bidetik joaten diren
.animalietatik

Jainkoak bulkada sortzaile hau sortu zuen gizon-
emakumeengan, benetako elkarrekiko maitasuna ugaltzeko
eta ezkontza-bizitzan adierazteko, eta ez da bestela gaizki
erabili behar, baizik eta jarduera eta ezagutza sakratu
.bihurtu

Zure izatearen barruan sexu-indarra kontrolatu eta
banatzen baduzu, gaitasun mental handiak garatu ahal
izango dituzu idazteko, marrazteko edo beste hainbat
.modutan talentu ezkutuak agerian uzteko

Eta azkenean jarduera sortzailea kontrolatu eta
espiritualki eraldatzeko gai zarenean, bake handia, maitasun
.handia eta gero eta poz espiritual handiagoa biziko dituzu
Beren sexu-jarduera espiritualki eraldatu duten santuak
eta lider espiritualak munduan eta egiaren bilaketa
esoterikoan balentria harrigarri eta harrigarriak egiteko gai
.diren erraldoiak dira

Beraz, sexu-bulkada gorena bere boterea igotzea da,
hau da, bere energia helburu handiago baterantz bideratzea,
jakinduria, ideia bikainak eta ideal espiritualak agertzeko. Ez
litzateke sexu-pentsamenduetatik plazerrik atera behar edo
debekatuta dagoena desiratu. Autokontrol mota hau lortzen
denean, ikuspegi sendoa izango da sexu-harremanei eta
.haren helburu handiagoei buruz

Sexu-gaien esklabo izateak osasuna, autokontrola eta
bake intelektuala galtzea esan nahi du, eta, laburbilduz,
.pertsona batek behar dituen zoriontasun-elementu guztiak
Liburu santuek ere ez lapurtzera animatzen gaituzte.

Mila pertsonako talde batek elkarri lapurtuko balio, bakoitzak
999 etsai izango lituzke. Beraz, ezin dira besteen eskubideak
urratu, ezta haien lurrak, bakea, maitasuna, duintasuna edo
haien ondasun material edo espiritualak bahitu ere. Zurea ez
dena hartzeko gogorik ez baduzu, behar edo nahi duzuna
etorriko zaizu. Lapurreta lehenik buruan sortzen da, pertsona

batek besteen inbidia izaten hasten denean. Desira gaiztoen haziak burutik errotik atera behar dira. Altruismo espiritualak da bidea. Orduan, pertsona batek naturalki erakarriko du ugaritasuna, eta bedeinkazioak etorriko zaizkio ezagutzen dituen iturrietatik eta ezagutzen ez dituen iturrietatik. Jainkozko lege hutsezina da. Lapurrei eta pertsona berekoiei dagokienez, bizitza ondasun materialen atzetik igarotzen dute, begiak beti besteengan jarrita, nahiz eta beren kutxak .urrez gainezka egon

Egoismo materiala alde batera uzten ez bada, munduak ezin du zoriontasuna ezagutu

Zoriontasuna lankidetzaren espiritualaren bidez bakarrik dator. Pertsona batek besteen beharrak bereak balira bezala sentitzen dituenetan eta besteentzat lan egiten duenean bere .buruarentzat lan egiten duen bezala

Beste agindu garrantzitsu bat da lekukotasun falturik ez ematea. Egia desitxuratuz inori kalte egitea gizarte-harmonia ahultzeko beste modu bat da. Norberak ondo tratatua izan nahi badu, besteak ere horren arabera tratatu .behar ditu

Egia beti esan behar da, baina bereizketa egin behar da egia esatearen eta gertaerak soilik esatearen artean. Norbait herren edo itsu gisa aipatzea mingarria eta lagungarria ez dena da; kontuan hartu behar dira besteen sentimenduak eta lotsarazi saihestu. Era berean, norbait helburu noblerik gabe traiziona dezakeen egia bat agerian uztea ere okerra da. Bestalde, ez da gezurrik esan behar egia esatea saihesteko; aitzitik, isildu egin daiteke egoera batzuetan, .besteak lotsarazi edo kaltetu ez daitezen

Kontuz ibili behar da inbidiaz, arimaren bakea jaten duen gaixotasun suntsitzaile batez. Zenbat eta gehiago irrikatu besteena dena, orduan eta handiagoa bihurtzen da norberaren atsekabea eta miseria. Inbidia duen pertsonak bizitza nahasia du, lasaitasunaren zaporea ezagutu gabe.

Askoz hobe da bere burua errespetatzea, bere buruarengan
.fidatzea eta barne aberastasun espirituala bilatzea

Pertsona baten duintasuna eta berezko balioa askoz
handiagoak dira nahi edo eduki nahi luketen edozer baino.
Jainkoa gizaki guztietan agertzen da, beste inongo gizakitan
agertzen ez den moduan. Haien aurpegia ez da beste
inorena bezalakoa, eta haien arima ez da beste inorena
bezalakoa, haien baitan baitago sorkuntza osoko altxorrik
.handiena, eta altxorrik handiena Jainkoa da

Ez gaude iraganak lotzen

Pertsona batek fedea zuzena duenean eta horren
arabera jokatzeko duenean, zoriontsuagoa da federik ez
dutenak eta bizitzako borrokan beren betebeharrak betetzen
.ez dituztenak baino

Fede sendoa eta ekintza zuzena (motibo nobleek eta
asmo onek babestuta) beti daude zoriontasuna dagoen leku
guztietan, eta galtzen dira zoriontasuna ez dagoen lekuetan.

Hortik ondoriozta dezakegu zoriontasunerako bi baldintza
ezinbestekoak direla, eta ezin direla lortu horiek gabe.
Zoriontasuna nahi dutenek bi elementu funtsezko hauek
besterik ez dituzte eduki behar, eta hauek dira haren
.oinarriak eta zutabeak

Gizakiek ezin dituzte unibertsoaren osagai infinituak
kontrolatu —nahi zutenean—, ezta aldatu edo ezabatu ere.
Osagai hauek giza bizitzaren ehunarekin lotuta daude, eta
gizakiek ezin dute haietatik isolatuta funtzionatu. Hala ere,
beren adimena kontrola dezakete osagai horietara
.egokitze

.Ez egin kalterik

Gure arbasoak gu baino zoriontsuagoak ziren, ez guk
baino gauza eta plazer gehiago zituztelako edo bizitzako
arazoekiko esposizio gutxiago zutelako, baizik eta
erosotasuna, bakea, poztasuna eta, laburbilduz,
.zoriontasuna ematen zien oreka psikologikoa zutelako

Ez ziren kanpoko egoeren menpe beren zoriontasuna lortzeko, ezta hura lapurtuko zieten kanpoko baldintzen menpe ere. Erosotasun, bake, zoriontasun eta asebetetze sentimenduak naturalak, normalak, osasungarriak eta iraunkorrak ziren. Guk ere sentimendu horiek landu beharko genituzke zoriontasuna izan nahi badugu. Eta nork ez du ?gure artean

Patua iraganean borondate askearen edo aukeratzeko askatasunaren ariketaren emaitza da. Borondate askearen iraganeko praktiken bidez, patua eta patua ekarri ditugu eta ekartzen jarraitzen dugu geure gainera. Hala ere, ez gaude iraganak lotuta, ezta gure ekintzen ondorioek betiko mugatuta ereindakoa desegin eta idatzitakoa ezabatu dezakegu, hala nahi badugu eta gure bidea zuzentzen eta gure uztaren kalitatea hobetzen saiatzen bagara. Ondorio mingarriak dituzten ekintzen haziak ezabatzen baditugu eta haien ordeaz arimaren izaerarako egokiagoak diren haziak landatzen baditugu, ziur aski zoriontasunaren fruituak jasoko ditugu arimaren lurzoruan ereindako hazi on horietatik. Borondate askea orain erabili behar dugu, orain eta ez bihar, zoriontasun handiagoa lortu edo sufrimendua eta mina .gutxitu nahi badugu

Beraz, zoriontasunerako baldintzak gizakiaren baitan daude, eta egin behar duen guztia akatsik gabeko ekuazio horri seriotasunez aurre egitea da, eta emaitzak bere alde izango dira ebaluazio onena egiten badu eta horri aurre egiten badio. Baina borondate sendoa duen pertsona Jainkoarekin harmonian dago

Energia mental kontzentratua

Eguzki-argia puntu txiki batean lupa bat fokatuz, beroa sortzen du, eta bero horrek egurra sutan jar ditzake. Oihalak, papera eta abar. Era berean, zure gogoaz arretaz fokatzen duzunean, bere energia kontzentratua zalantzaren gaitzak

eta sustraiak, porrot guztien kausa, erretzeko eta .jakinduriaren argia distira eta irradiazioz distiratzen uzteko

Pentsamendua Jainkoarekin harmonian dagoenean

(ontasun guztien iturria eta botere bedeinkatu guztien jatorria), jainkozko presentziaz jabetzen da eta arrakastaren elementu guztiak ditu. Elementu hauek Jainkoaren botere izugarriarekin lotuta daude, edozein arlotan arrakastarako .arrazoi berriak sortzeko gai direnak Jainkoak ahalegin onak eta ahalegin onak arrakastaz

koroa ditzala

Arazoak eta zailtasunak pertsona batek bere iraganeko

ekintzen kontzientzia eza sortzen dira, une eta leku jakin batean egindakoak. Beren egungo sufrimendua esandako pentsamendu eta ekintzetatik dator, zeinak bere kontzientziaren lurzoruan sustrai hartu baitzituen, landare bihurtu eta pentsamendu eta ekintza horien ezaugarriak .islatzen dituzten fruituak emanaz

Milioi bat kilometrora espazioan dagoen eguzkiari

begiratzen diozunean, izar erraldoi hori gure Lurra baino askoz txikiagoa dirudi. Hala ere, Lurraren diametroa gutxi gorabehera 7.900 miliakoa da, eta eguzkiaren diametroa, berriz, ehun aldiz handiagoa. Gure planeta Lurra eguzkiaren aurrean jarri ahal izango bagenu, puntu txiki bat bezala agertuko litzateke harekin alderatuta. Imajinatu eguzkiaren hedadura zabala hedatzen ari dela, bere masa izugarriak zeru urdin osoa irentsi arte. Ikusten dugun zerua unibertsoa zeharkatzen duen espazio infinituaren zati txiki bat besterik ez da, puntu huts bat. Eguzkiak infinituraino hedatzen jarraituko balu ere, ezingo luke infinitua hartu.

Txikitasunaren eta finitudearen ilusio kosmiko honek mugatzen du adimenaren gaitasuna unibertsoaren .zabaltasuna, bere jatorria eta mugak ulertzeko

Dimentsio eta neurrien menpe ez dagoena, mugarik eta

jatorririk ez duena, Jainkoa da, nonahi dagoena eta espazioaren mutur urrunenetan existitzen dena. Urruneko

izar urrunetan dago, zure baitan eta nire baitan dagoen bezala, eta okupatzen duen espazio ororen jakitun da, txikia edo handia izan arren. "Gizakiaren azken helburua" liburutik .hartua

Erreguak

Ai, Jauna

Hartu nire eskua iluntasunetik argira

Oi isiltasun kosmikoa

Zure ahotsa entzuten dut errekatxoan zurrumurruan eta

urretxindorren txistuan

Haizearen negar-hotsean, olatuen orroan eta bibrazioen

trumoian

Oi Jaun maitea

Ez zaitut hitzez gurtzen, baizik eta zure irrikaz erretzen

.den bihotz baten irrikaz

Utzi ieza dazu zure zabalera zabala ikusten

Zure etengabeko presentzia guztiaren atzean

Agian konturatuko naiz zure izate aldaezinaren parte

naizela betikotasun osorako

Oi, gainezka egiten duen ozeanoa

Nire desioen ibai bihurgunetsuak oztopo eta eragozpen

basamortuetatik igaroko balira bezala

Azkenean, zure nahasmendu handiena nahastu da

Lagundu ieza dazu zure ahotsa entzuten, Jauna

Unibertsoaren bibrazioa sortu zen soinu kosmikoa

Utzi zure presentzia hautematen soinu bedeinkatuaren

bidez (Om - Amen)

melodia Santua ahots bedeinkatu guztientzat

Zabaldu nire kontzientzia existentziaren sinfonia

entzuten dudana bitartean

Utzi nazazu ozeano kosmikoaren antzera sentitzen

Eta gorputzaren mugimendu uhintsuak bere bularrean

dantzan

Utzi ahots sakratuenak nire baitan oihartzuna egiten

Nire kontzientzia gorputzetik unibertsoa zabaltzea

Betiko eta guztiz inguratutako zoriontasuna senti
deзадala

Argi gainezka egiten duen itsaso batetik lehertzen

Oi botere infinitua

Oi betiko jakinduria

Kargatu nire arima zure bibrazio espiritualarekin

Oi, hitz kosmiko bedeinkatuaren ahotsa

Zuzendu nire akatsak

Behar dut

Hartu nire eskua iluntasunetik argira

Zutaz pentsatzen dudan bakoitzean, Jauna, irrika sutsuz

betetako uholde bat jaiotzen da nire baitan, nire
sentimenduak astintzen eta bihotzetik gorputzeko zelula

.guztietara isurtzen, jainkozko maitasunez betez

Nire desiorik handiena zure izatearen muinera iristea

.eta zure presentziaz gozatzea da

Eta bat-batean arimaren atea irekitzen da, eta zure argi

!distiratsua ikustean pozak gainezka egiten dit

Iragana ezezaguna da gizateriaren gehiengoarentzat,

pertsona argitu gutxi batzuk izan ezik. Hala ere, iraganari

buruzko gure ezjakintasuna ere gure alde da. Izan ere,

bizitza honetan eta aurreko bizitzetan egin dugun guztia

jakingo bagenu, gure ekintzen bolumen izugarriak gainezka

egingo gintuzke eta guztiz nahasita geratuko ginateke. Izan

ere, gure borondatea ere paralizatu egin liteke kolpearen

ondorioz, gure helburuekin jarraitzeko gai ez bihurtuz eta

etsipenaren biktima utziz. Lurreko bizitza honetan ere,

ahantzura Jainkoaren bedeinkapena da, iraganeko

oroitzapenek, batez ere mingots eta mingarriek, gure

pentsamenduak eta sentimenduak gainezka ez ditzaten

.eragozten baitu

Baina, zorionez, gure barneko txinparta jainkotiarrek

beti distiratzten du itxaropenarekin eta bizitzaren bidaia

amaigabea jarraitzeko gogoarekin. Jainkoari eskerrak eman

behar dizkiogu bi bedeinkapen hauengatik: iragana ahaztea
.eta etorkizuna itxarotea

Ez genuke ondorioztatu behar patuak oztopoak jartzen
dizkionik borondate askearen bidean. Hala ere, ahal dugun
guztia egin behar dugu jende gehienak patuari eta patuari
egozten dizkion eragin negatiboari aurre egiteko, eta gure
aukera askatasuna gure barne-sinesmenen arabera erabili,
baldin eta uste horiek fede sendoan oinarrituta badaude eta
jainkozko legeetan oinarrituta badaude, eta horiek gabe
.pertsona batek ezin du benetako zoriontasuna dastatu
Zeregin bati ekiten diogunean, ez gaituzte egoera
kaltegarriek beldurtu behar, baizik eta baikor izan behar
dugu neurri gorenean, gure borondatea erabiltzearen eta
gure aukeratzeko askatasuna praktikatzearen bidean ezerk
.ez duela oztopo izango fede osoz

Gure helburua lortzen ez badugu, onargarria da
inplizituki onartzea guk sortutako oztopoak egon direla hori
lortzea eragotzi digutenak. Iraun egin eta ahaleginak
bikoiztu behar ditugu gure helburua lortzeko. Geure buruari
ere baieztatu behar diogu, oztopoak eta erronkak
zenbaterainokoak eta ikaragarriak izan arren, oraindik ere
badugula nahikoa indar horiek kentzeko eta gainditzeko.
Gure saiakera guztiak izan arren huts egiten badugu ere, ez
dago etsipen eta frustraziorik, baldin eta ulertzen badugu
gizakiaren borondatea gure sortutako patua baino
indartsuagoa dela. Beraz, ez diogu saiatzeari utzi behar,
zenbat aldiz huts egiten dugun kontuan hartu gabe, beti
baitaude ateak irekita. Ahalegindu eta saiakera errepikatu
besterik ez dugu egin behar arrakasta lortu arte. Jainkoak
lagunduko digu, berarengan konfiantza dugun eta ahalegina
egiten dugun bitartean. Bidea egiten duenak bere
helmugara iritsiko da, eta Jainkoarengan konfiantza duenak
.ez du etsita geratuko

Pertsona batek zerbait desiratzen duenean, eta desio
hori sendoa eta premiazkoa denean, desio horrek ez du inoiz

bere kontzientzia uzten, noranahi joan eta noranahi biratzen
den, eta bere kezka eta kezka edozein direla ere. Bere
jarduera etengabe eta iraunkorraren bidez, desio horrek
determinazio eta energia izugarria du. Xuxurla intelektual
hau erregu mekanikoa baino indartsuagoa eta
eraginkorragoa da, ezpainak mugitzea baino haratago
doana. Hori egiten dute Jainkoaren maitaleek; Jainkoarekiko
maitasuna xuxurlatzen dute etengabe, eta haien xuxurlak
bihotzekoak eta entzunezinak dira, eguneroko jarduera
guztietan zehar. Xuxurla bihotzekoak ez ditu distraitzen, ezta
haien beste betebeharrekin gatazkan jartzen ere.
Jainkoarenganako duten desioa hazten den heinean,
Harekiko duten maitasuna indartu eta sakondu egiten da,
harik eta Haren presentzia ukitu eta Haren argia arimaren
begiarekin ikusi arte, poz izugarria dastatuz eta
.deskribaezina den bakea sentituz
Jainkoak bizitzan behar ditugun ikasgaiak bidaltzen
dizkigu, horietatik etekina atera eta ulermena eta
esperientzia lor ditzagun. Ikasgai horiek saihesten dituen
edonork ikastera behartuta egongo da, zenbat denbora
.behar izan arren
Proba oro lagun bat da bertatik ikasten badugu, eta
despota tirano bat aukera alferrik galtzen badugu eta gaizki
erabiltzen badugu kexatzen, haserretzen eta epaiketa
.txarraren bidez
Bizitzarekiko ulermen sendoa eta jarrera egokia
dugunean, eder bihurtzen da Eta konplikaziorik gabe

kasu psikologikoak

Pertsona bat ezin da betiko poz olatu batean eramanda
egon, edo atsekabearen ur nahasien azpian murgilduta, edo
asperduraren sakonean itota. Dualtasun gatazkatsuek
ezaugarritutako mundu honetan, pertsona arrunta
gorabehera askoren menpe dago. Poztasun olatu batean
igotzen da eta axolagabekeriaren sakonean murgiltzen da,
eta tristura olatu amorratuek astintzen dute. Eta gutxitan

ezagutzen du beste kontzientzia egoerarik. Zirkunstantziek
pentsamendua modu honetan astintzea uztea . Norberaren
borondatea patu kapritxoso eta lurrunkor bati uztea esan
.nahi du

Pertsona batek bizitza arrakastatsu eta betegarria
bizitzeko behar duena oreka mentala da
Hau adimena fokatuz bakarrik lor daiteke, gaitasun
.psikologikoak kontrolatuz

Atsekabe sakonenak ere denborarekin sendatzen dira,
beraz, ez du zentzurik atsekabeen hausnartzeak gure
bizitzako egun guztietan. Maite dugun norbaiten dolu luzeak
ez digu laguntzen ez berari ez guri, eta ez du ezer aldatzen
errealitatean. Gutxiagotasun konplexua edo autozigorra
garatzea Iraganeko akats edo porrotetan pentsatzea
alferrikakoa da Bizitza tamalgarriagoa egiten du eta gaitasun
.mentalak itotzen ditu

Ez dugu errutina aspergarriaren zuloan erortzen utzi
behar, egoera psikologiko hori ez baita batere eroso, burua
kezkutzen baitu eta gaitasun ezkutuak erretzen baititu
.apatiaren labeen

Porrota sustraiaietatik desagerrarazi behar da, eta
bizitzako soroak arduraz eta erabakitasunez goldatu eta
ontasunaren haziak erein behar dira, Jainkoaren
.laguntzarekin uzta oparoa jasotzeko

Burdina Zilarrezko Jubileuan

Behin, bikote zorientzuenetako bat zirudien bikote baten
zilarrezko jubileuaren ospakizun batera gonbidatu ninduten,
baina haien etxera sartu bezain laster, zerbait gaizki zegoela
sentitu nuen. Nire bi ikasleri arratsaldean elkar nola
tratatzen zuten behatzeko eskatu nien, eta geroago esan
zidaten: Senar-emazteak elkarri irribarre egiten diote
besteen aurrean eta elkarri hitz gozoenak esaten dizkiote,
hala nola "Bai, maitea" eta "Noski, maitea", eta antzeko
esaldi atseginak. Baina bakarrik daudela uste bezain laster,

liskarrak sortzen zaizkio eta hitz mingarriak zuzentzen
.dizkiote elkarri

Hitz egin nien eta esan nien: Zuen festara gonbidatu
nauzue, baina giroa tentsio handikoa da eta desadostasun
handia dagoela iruditzen zait etxe honetan, eta iruditzen zait
.zilarrezko jubileu honetan burdina asko dagoela
Hasieran, iraindu egin ziren, baina geroago onartu zuten
arrazoi nuela eta barkamena eskatu zidaten. Jarraitu zuen,
esanez: Zer irabazten duzue etengabe eztabaidatuz eta
?liskarretan aritzetik

Badirudi bikote perfektu gisa duzuen ospea
mantentzeko elkarrekin bizi zaretela, baina horrela izan
behar duzue elkarrekin eta bakean eta harmonian bizi behar
.duzue zuen zorientasunerako eta lasaitasunerako
Janari magnetikoa

Jendeak janariaz edo nutrizioaz hitz egiten duenean,
normalean gorputza mantentzeko kontsumitzen den janari
fisikoaz ari dira. Hala ere, badira janari fisikoa baino
garrantzi gutxiago duten beste elikadura mota batzuk, eta
askotan are garrantzitsuagoak direnak, hala nola elikadura
intelektuala edo espirituala. Buruko jarduera edo gogoaren
.kontzentrazioa, jakinduria eta bereizketa espirituala
Janari fisikoak gorputzeko zelulak eusten ditu, janari
intelektualak, berriz, adimena ideia osasuntsuz betetzen du,
eta jakinduriaren janariak arima biziberritzen eta bere
.gaitasunak garatzen ditu

Elikadura intelektuala normalean pertsona batek
pentsatzen dituen ideiek eta besteengandik haiekin
kontaktuan eta elkarreraginean jasotzen dituen ideiek
.osatzen dute

Temperamentu lasaia eta jarrera noblea duten pertsonak
gure pentsamenduak magnetikoak eta osasuntsuak
.bihurtzen laguntzen dute

Ez da zaila zehaztea pertsona batek bere elikadura
intelektuala ingurune baketsu edo nahasgarri batetik

hartzen duen. Antsietatea, larritasuna eta nahasmena
pertsonek okerrak erabiltzeagatik sortzen dira, lagunak edo
senideak izan. Horrek antsietate pentsamenduak eta umore
txarra eragiten ditu

Gorputzak energia eta bizitasuna elikagai fisikoetatik
lortzen ditu, eta elikagai magnetikoek, berriz, gorputzari eta
adimenari energia-kargak ematen dizkiote, eta hauek ezin
.dira erraz digeritu energia bizidun bihurtu
Ezjakintasuna jakinduria, ahultasuna eta hauskortasuna
osasun eta bizitasun bihurtzeko, eta bizitzaren
bideetan konfiantzaz eta ausardiaz ibiltzen zarenetan -
bakarrik ere-, eta kontzientzia bizi eta erne bat edukitzean
barne-poza bizitzen duzunean, eta Jainkoaren justizian eta
zuzenaren eta injustiziaren gaineko egia garaipenean fede
.sendoa bizitzen duzunean

Eta egunero zure pentsamenduak maila altuago eta
finduagoetarantz askatzen saiatzen zarenetan, eta bihotz
maitekor eta esker onekoa duzunean, eta besteekiko asmo
onak dituzunean, zure elikadura intelektual magnetikoa
izango da, eta orduan zuregan erakarriko duzu gauza,
pertsonek eta zirkunstantzien edertasun eta erabilgarritasun
guztia, segurtasunaren eta babesaren kostalderantz bidaia
.jarraitzeko beharrezkoak direnak

Behar duzuna lortzeko ahalegina egiten duzunean eta
Jainkoak ematen dizunarekin pozik zaudenean, espirituz
aberatsagoa eta asebateagoa izango zara munduko
ondasunekin obsesionatuta daudenak eta haien plazer
.laburren irrika dutenak baino

Pertsonek Jainkoa bilatzen duenean, benetako
lagun bakarra baita, lagun guztien gainera, benetako
adiskidetasuna ezartzea posible da giza harreman guztietan:
.familiar, anaiartean, ezkontzan eta espiritualean
Adiskidetasuna ezinbesteko elementua da ezkontza-
harremanetan, eta lehentasuna eman behar zaie hurbiltasun
intelektual eta emozionalari, erakarpen moralaren

sentimenduari eta benetako maitasunari eta
.adiskidetasunari

Benetako maitasunaren eta erakarpen sentsualaren
artean bereizten ez dakitenak behin eta berriz etsita
geratzen dira

Ezkontza ideal altuetan eta elkarrekiko errespetuan
oinarritzen denean, bi arima maitekorren arteko batasun
zoriontsu eta arrakastatsua bihurtzen da, eta elkarlanean
aritzen dira bizitzako zama arintzeko eta bizitzeko kezkak
uxatzeko, errukiaren eta elkarrekiko ulermen atseginaren
.bidez

Inork ezin nau kontrolatu edo nire borondatea kendu,
besteen pentsamendu eta ekintzek nigan eragina izatea
.baimentzen ez badut behintzat

Jauna, konturatzen naiz aukera amaigabe bat dudala

aurrean nire gaitasunak arakatzeko eta nire potentzial
espirituala ezagutzeko, atxikimendu materialak ordezkatzeko
ditut asmo handiagoekin. Eta konturatuko naiz espiritu leiala
beti nirekin dagoela

Gaur nire pentsamenduak baikortasun dosi batez beteko
ditut, esperientzia desatseginetatik urrunduko naiz eta
gorputza, adimena eta espiritua elikatuko dituen
.praktikatuko dut modu orekatu eta koherentean

Bizitzaren eta heriotzaren dantza beti presente dago,
baina nire identitate espirituala babestuz askatuko dut neure
burua betiko, eta proben eta atsekabeen ekaitzak aurrez
aurre jartzen zaizkidanean, nire arimaren ontzian nabigatuko
dut, bizitzaren itsasoan zehar, kostalde seguru eta
.jainkotiarretarantz

Lan egiten eta sortzen dudanean, gogoratuko dut
Jainkoak nire bidez lan egiten duela; unibertsoaren Jauna da
.eta berarekin konektatu naiteke sakonki meditatuz
Ene Jainko maitea, badakit nire pentsamenduek porrota
edo arrakasta ekarriko didatela, nire bizitzako
pentsamendurik indartsuena zein den arabera. Horregatik,

gogoratzen saiatuko naiz laguntza-eskua luzatzen ari zarela
.eta horrek arrakastaren arrazoietarako prestatzen nau
Hondamendi eta zorigaitzek eragiten didatenean, nire
animoa altxatuko dut eta gainditzeko nire erabakia indartuko
dut. Zintzotasuna eta zintzotasuna erabiliko ditut guztiekiko
harremanetan eta elkarreraginean, eta maitasun eta desio
onen pentsamenduak askatuko ditut. Orduan, Jainkoak bere
.botere eta jakinduriarekin lagunduko dit
Jauna, nire borondatea eta adimena erabiliko ditut
lehenik gauza txikiak lortzeko, eta gero lorpen
.handiagoetara igaroko naiz
Anbizio material guztiak bete arren, zoriontasun
osatugabea baino ez dute ekartzen, eta Jainkoa aurkitzea da
benetako zoriontasun bakarra. Poztasun-iturri agortezinak
aurkituko ditut. Eta ez du inoiz isuri eta korrika egiteari
.uzten, arimaren lorategietan eta bere betiberdeko larreetan

Urrezko esaerak

Zoriontasuna da nire eskubidea, nire ondarea eta nire
jainkozko altxor ezkutua. Gida nazazu, Jauna, erregeen
ametsak gainditzen dituzten altxorak nire baitan aurki
.ditzadan

* * *

Bihotzen jainkozko biztanleak bere dizipuluengan
argitzen ditu -bere erruki eta errukiagatik- jakinduriaren
lanpara distiratsuak, ezjakintasunaren iluntasuna uxatzen
.dutenak

* * *

Bizitza erritmo erregularreko mugimendu adimentsua
da. Objektu bizigabeetan moldatzen da, edo forma bizidun
eta mugikorra hartzen du. Bizitza guztiz hartzen du eta dena
.zeharkatzen du

* * *

Oi Maitale Handiena, zu zara bizitza bera, zu zara nire
helburua eta nire nahia. Egin nazazu arrosa loratu bat zure
zeruko lorategian, edo ale distiratsu bat zure maitasun

distiratsuaren lepokoan, edo eman iezadazu ohore handiena:
.zure bihotzeko lekurik txikiena

* * *

Besteek ongia egiteko nire ahalegina estimatzen duten
lekuan, horixe da nik zerbitzurik onena eman dezakedan
.lekua

* * *

Ehundu dezagun ametsen alfonbra urreztatua
oroitzapen gozoen eta pentsamendu finduen hari
zetatsuekin

* * *

Buru huts bat [pentsamendu positibo eta eraikitzaile
gabekoa] arazo, antsietate, etsipen eta itxaropenik ezaren
.fabrika bat da

Maitasun unibertsala zure bihotzean finkatzen bada,
beste ezerk eman ezin dizun zoriontasun iraunkorra eta
.berritua ekarriko dizu

Lurreko existentziaren lorategian loratzen diren
bizitzaren loreak eder-ederrak eta atseginak dira ikusteko.
Baina are bikainagoa eta bikainagoa da nonbait dagoen
edertasun eta jakinduriaren iturburua, nondik etorri garen
.eta zeinera itzuli eta berriro nahastuko garen

Goizean dizipulua esnatzen denean, bere buruari
baieztatzen dio: «Ez naiz gorputza, espirtu ikusezin bat
naiz... Poza naiz... Argia naiz... Jakinduria naiz... Maitasuna
naiz. Eta gorputz honetan bizi naizen arren, nire espirtua
.«hilezkorra da eta usteltzeak ukitu gabe

Ihantz-tantak loreak loratzen eta hazten laguntzen duten
bezala, adeitasunak adiskidetasuna elikatzen eta haren
hazkundera sustatzen du

* * *

Badira ozeanoaren gainazalean agertzen diren olatuak
eta haren sakonean desagertzen diren olatuak; bi kasuetan,
ozeanoaren barruan daude eta harekin bat dira. Era berean,
ozeano kosmikoaren gainazalean "bizitzan" flotatzen duten
edo "heriotzean" bertan desagertzen diren gizakiak
.betikotasunaren ozeanoan daude berdin

* * *

Ilargiaren isla ez da argi ikusten ur nahasietan, baina
uraren gainazala baretzen denean, ilargiaren isla guztiz argi
bihurtzen da. Gauza bera gertatzen da gogoarekin: bare
dagoenean, zure arimaren aurpegia ikus dezakezu argitasun
.eta zehaztasun osoz

Bidali, Jauna, zure jakinduriaren eguzki izpiak nire lorpen
egun zoriontsuetan gidatzeko, eta zure errukiaren ilargi
betearen argia atsekabearen gau ilunetan zehar ibiltzen
.naizenean

Meditazioa da gogo unibertsalarekin konektatzeko
bidea, eta kontzientzia infinitu horrekin harmonizatzen
zarenean sorkuntzaren sekretu guztiak ezagutu ahal izango
.dituzu

Jainkoarengana hurbiltzeko eta hura ezagutzeko nahia
ez da berez sortzen, landu egin behar da, eta bizitzak ez du
.baliorik nahi hori gabe

Lurreko bizitza aldi baterako geldialdia da, eta
gizateriaren lehen betebeharra bidaia honen xedea eta
xedea ulertzea da. Helburu hori Jainkoa ezagutzea da, eta
.ezin da beste ezer izan

Zure bakea zure altxor preziatua da, beraz, ez utzi inork
.altxor hori zuregandik kentzen

* * *

Ikasi bakarrik, seguru eta babestuta egoten zure
bertuteen eta autoestimuaeren gotorlekuan

* * *

Dena existitzen da Jainkoa existitzen delako Eta bera
existitzen delako, zu ere existitzen zara Bere existentziari
esker, bizitzaren erosotasunez eta pozez gozatzen duzu
Beraz, Jainkoarekiko zure esker ona sakona izan behar da

Liburu onak lagun isilak, adeitsuak eta errespetutsuak
izan daitezke. Ez utzi liburu hauek zure une zailetan, ez
zaituztelako inoiz utziko, lagun fisikoek ez bezala, hauek
.abandonatu zaitzaketenak

Osasun ona, bizitza eroso eta gaitasun mental handia
duen edonork, baina zoriontasunik ez duenak, ez du oraindik
bizitzan arrakastarik izan. Benetan esan dezakezunean,
"Zoriontsu naiz, eta inork ezin dit nire zoriontasuna kendu",
.Jainkoaren irudia aurkitu duzu zeure baitan

Bakean eta lasaitasunean jarri arreta, eta bidali
maitasun pentsamenduak eta asmo onak bakarrik bakean
eta harmonian bizi nahi baduzu. Bizi ezazu zuzentasunean
eta jainkozaletasunean oinarritutako bizitza, eta zure
bizitzarekin lotuta dauden guztiek onura aterako dute
.zurekin egoteagatik

Lagunik ez baduzu, edo zure lagunek zure denbora
alferrik galtzen badute, edo ez bazara ondo moldatzen
haiekin, utzi jakinduria duten liburuak [eta materialak] zure
lagun izaten, haien orrialdeen ateetatik ideia harrigarri eta
.zirrargarrien mundu batera igaro zaitezkeelako

Jainkoa aurkitzeak bihotzak nahi duen guztia lortzea
esan nahi du, eta espirituala izateak osasunerako,
zoriontasunerako eta arrakastarako ateak irekitzea esan
.nahi du

Gure baitan bizitza guztia sortu eta eusten duen
.jainkozko boterearen txinparta bat dago, eta piztu zain dago

Irakurketa oso jarduera mental onuragarria da; adimena
lantzen du eta malgua mantentzen du. Egunero ordubetez
edo biz irakurtzeak edonori ezagutza-oinarri anitza emango
dio urte gutxiren buruan, baldin eta liburu merezi dutenak
aukeratzen baditu. Ez galdu denborarik eta ez kaltetu zure
gaitasun mentalak eleberri merkeak edo helbururik edo
.esanahirik ez duten liburu hutsalak irakurriz

Gizarte-joera dutenek liburu baliotsuetan energia berri
bat aurkituko dute gizateriari laguntzeko, gizon-emakume
noble eta talentudunek idatzitako liburuetan jasotako lezioen
.bidez
* * *

Irakurketa oso jarduera mental onuragarria da; adimena
lantzen du eta malgua mantentzen du. Egunero ordubetez
edo biz irakurtzeak edonori ezagutza-oinarri anitza emango
dio urte gutxiren buruan, baldin eta liburu merezi dutenak
aukeratzen baditu. Ez galdu denborarik eta ez kaltetu zure
gaitasun mentalak eleberri merkeak edo helbururik edo
.esanahirik ez duten liburu hutsalak irakurriz
* * *

Berekoikeria eta harrotasuna ezabatu behar dira,
.ezagutza espiritualerako oztopo handienak direlako
* * *

Jainkoaren sentimendurik gabe, mundu hau gatazkaz,
indarkeriaz eta etsipen mingotsez beteta dagoela dirudi.
.Zoriontasuna Jainkoarengandik hurbil sentitzean datza

* * *

Jainkoa ezagutzen dutenek etengabeko poza eta
zoriontasuna dute bihotzean. Segurtasun eta lasaitasun
bedeinkatua sentitzen dutenez, haserrearen ekaitzak ezin
.ditu astindu, ezta beldurrak ere bihotzean sartu

* * *

Liburu onak zure lagunik onenak dira; haien bidez,
adimen handiak entzun ditzakezu zurekin leunki hitz egiten,
kontsolatzen zaituztela eta aholkurik onenak eskaintzen
dizkizutela. Liburu onak irakurtzeko benetako gogoia lantzen
.ez baduzu, belaunaldien ondarea galtzea esan nahi du

* * *

Jainkozko laguntzarik gabe, jendea porrotera
kondenatuta dago, bizitzako borrokan arrakasta izateko
behar diren indarra eta jakinduria iturri infinitu batetik
baitatoz. Pertsona batek Jainkoa alde batera uzten duenean,
arrakasta lortzeko beharrezko laguntza eta babesa ematen
.dion bizi-lerroa mozten du
Aukera espiritualen atea jotzen duten bilatzaileek atea
irekita dagoela ikusiko dute, Jainkoak bere buruari laguntzen
.diotenei laguntzen dielako
Jainkoarekin harmonian zaudenean, natura osoa zurekin
harmonian dago

* * *

Maitasuna lixa-papera bezalakoa da, adimena leuntzen
.duena eta izaerari zakartasuna kentzen diona

* * *

Bat-batean Jainkoa nonahi aurkitzen duzunean, eta
zuregana etortzen denean, inspiratzen zaituenean eta
gidatzen zaituenean, jainkozko maitasunaren istorioa hasi
.da

* * *

Maitasuna bihotzetan irradiatzen dadila eta sendatzeko
izpiak bidal diezazkiela besteei

* * *

Bilatu Jainkoa ezagutzen gazte eta indartsu zaren
bitartean, zahartzaroan eta gaixotasunean ezin izango
baituzu gehiago bilatu. Jendeak bizitzaren benetako
esanahia ulertzen hasten den adinean, gorputza ahuldu
egiten da, eta bizitzaren gainerakoa egia bilatu beharrean,
.beren gaitasun fisiko hauskorrak zaintzen ematen dute

* * *

Jende guztiengandik onena hartuko dut, eta
nazionalitate guztien ezaugarri onak estimatuko ditut, haien
.akatsetan arreta jarri gabe

* * *

Eguneroko janariaren balio nutrizionalaz arduratzen
garen bezala, egunero gure buruari ematen dizkiogun
.mantenugai psikologikoei ere erreparatu beharko genieke

* * *

Hitz atseginak erremedio zoragarria dira gaitz
askotarako, indar magnetiko indartsua, ia magikoa baitute,
bedeinkapen eta oparotasun ugari ekartzen dizkiena
hizlariari. Hitz lasaigarri eta leunak erabiltzen dituztenek
korronte sotil bat sentitzen dute etenik gabe zeharkatzen,
lasaitasun sakon batez betetzen direlarik. Hau da, korronte
hori bere iturri altuagoarekin lotuta dagoelako, iturri horrekin
harmonian dauden arimetara iristen den fluxu konstante bat,
bakea nahi dutenei zoriontasuna transmititzeko aukera
.emanez

* * *

Zenbat hitz onek uxatu dituzte bihotzeko atsekabe asko
eta zenbat ahots jakintsuk argitu dituzte bide ilunak poz eta
!lasaitasun lanparekin

* * *

Bizi dugun esperientzia bakoitzaren bidez hazten gara,
baldin eta haietatik ikasgai baliotsuak ikas ditzakegula
konturatzen bagara. Bizi dugun min eta sufrimendu guztiek
esanahia eta helburua dute. Esperientzia hauen gogortasuna

gorabehera, burdin mea urtzen duen sua bezalakoak dira,
.altzairu eder, sendo eta moldakor bihurtzen duena

* * *

Nire bizitzako lorpen bikain guztiak Jainkoarekin
harmonian dagoen gogo baten botereari esker lortu dira.
Jainkozko sorgailua martxan dagoenean, nahi dudan guztia
gauzatzen da salbuespenik gabe, lehenik diseinu ikusezin
eta etereo gisa forma hartuz eta gero errealitatean indar
.erresistiezin batekin agertuz

* * *

Adimenak Jainkoari bihotzez eta sutsuki xuxurlatzen
dionean arima irrikatsu baten sakonetik, espirituaren deiak
bihotz unibertsala ukituko du, eta erantzuna etorriko da,
berarekin batera poz izugarria ekarriz. Xuxurla intelektual
honek borondatea lantzen du, nahi den helburua lortzeko
.beharrezko indarra izan arte

* * *

Pertsona baten gogoa eta borondatea Jainkoarekin
harmonian daudenean, botere mugagabeaz hornituta daude,
beraz, zerbaitetan pentsatzea nahikoa da hori lortzeko,
jainkozko legeak borondate gorenarekin harmonian
.daudenen alde egiten baitu

* * *

Gure kezkak edozein direla ere, Jainkoak lehen postua
izan beharko luke gure bizitzan. Hazkunde espiritualaren
elementu garrantzitsuenetako bat Jainkoari etengabeko eta
bihotzez xuxurlatzea da, non zuk zeuk pertsonalki aldaketa
positibo zoragarri bat biziko duzun, asko txundituko
.zaituena

* * *

Gizakiak ez luke Jainkoak eman dizkion gaitasun mental
guztiak gauza iragankorrak bilatzera bideratu behar, bestela
materialismoaren labirintoetan galduko baita eta behar ez
dituen murrizketak eta mugak sortuko baititu bere buruari.
Horren ordeaz, bere gaitasun mentalak erabili beharko lituzke

bizitzako beharrezkoak lortzeko eta bere gaitasun
espiritualak garatzen saiatu beharko lituzke, ongia eta
gaizkia bereizteko, eta kaltegarria eta onuragarria dena
.bereizteko

* * *

Egia iritzi eta teorien atzean dago, eta ikuspegi hau
hartzen duten askok beren ondorio subjektiboek mugatzen
.dituzte

* * *

Ireki, Jauna, lasaitasunaren ateak eta babestu nire
pentsamendu espiritualen santutegia xuxurla gaiztoen
erasoetatik, eta utzi nire irriken arrosak loratzen nire
bihotzeko lorategian, zure etorreraren egunsentia itxaroten
.dudan bitartean

* * *

Ezagutza teorikoak ez du jainkoazko ezagutza lortzeko *
gaitasunik, eta komeni da norberaren denbora preziatua ez
galtzea errealitatean aplikatu ezin diren teorietan, bestela
norbera oihan intelektual trinkoen erdian aurkituko baita eta
.teorien eremua gainditu ezinik

* * *

Zoriontasuna bizitzako egoera aldakorretan lortutako
garaipen psikologikoaren fruitua da

* * *

Jainkoak ezagutzen duena munduarentzat ezezaguna
izan daiteke

* * *

Pertsona batek bere burua ezagutza teorikoarekin
programatzen badu [benetako probarik gabe], esaera
zaharrak errepikatzen eta esaldi gorenak oihartzun egiten
dituen grabagailu eramangarri baten antzekoa izango da,
eta besteek jakintsutzat hartuko dute, baina ezagutza hori
ez da egiaren pertzepzio zuzenak indartzen, ezta lorpen
.espiritualak ere

* * *

Arazoak munduan jarraituko dute, beraz, nora jo daiteke
gidaritza eta norabide bila? Norberaren pentsamenduak,
ohiturek, aurreiritziek, joerak eta fanatismoak eraginda, ez
dute ezertarako balio, eta norberaren ingurunearen,
famiIiaren, herrialdearen edo munduaren eraginek ez dute
benetako gidaritzarik emateko. Beraz, Jainkoarengana jo eta
arimaren sakonetik datorren ahots lasai eta bareari entzun
.behar zaio, egiarekin harmonian dagoen ahotsari

* * *

Ireki zuen bihotzak jainkozko isurketari, zuengandik isuri
eta zuen bizitzak bedeinkazio eta ontasun espiritualez bete
.ditzan

* * *

Edozein lan egiten duzun eta edozein lorpen lor
dezakezun, gogoratu beti Jainkoa dela lan egiteko eta
.lortzeko behar duzun indar guztia ematen dizun iturria

* * *

Gogora nazazu, Jauna, pobrezian eta oparotasunean, *
gaixotasunean eta osasunean, ezjakintasunean eta
jakindurian, eta ikus dezadan unean ongizatea eta
sendatzea ematen duen zure argi bedeinkatua

* * *

Nire pentsamenduen bakardadean, zure ahots
bedeinkatua entzuteko irrikitan nago. Kanpora itzazu
niregandik nire oroimenaren tolesduretan ezkutatuta dauden
ahots lurtar eta gogorrak. Zure ahots lasai eta melodiosoa
.entzun nahi dut betiko nire arimaren lasaitasunean

* * *

Bizitza iluntasunean inguratuta dago, eta Jainkoaren
argia izan behar du gure gidari-lanpara bere bide ilunetan
zehar ibiltzen garen bitartean. Ilbetea da ezjakintasun eta
iluntasun gauetan, argitasunaren eguzkia esnatzeko
orduetan, gidaritza-argia eta Ipar Izarra lurreko existentzia
.iragankorreko itsasoetan zehar dabilTZanentzat

* * *

Gizateriarentzat ahanzturaren lozorrotik esnatzeko
garaia da, esnatze espiritual batera. Jauna, eskatzen dizugu
gure kontzientzia axolagabekeriaren eta pentsamendu estu
eta mugatuaren sakonetik bakearen, argiaren, maitasunaren
.eta giza erruki unibertsalaren horizonteetara igotzeko

* * *

Gauzak azkenean hobera egingo dute, Jainkoaren
botereak eta mirariak giza bizitzaren kontraesanen atzean
ezkutatzen baitira, eta egoeraren saihestezintasunaz
konbentzitura ez dagoenak eta bere gogoarekin eta
fedearekin beloaren atzean dagoen horretara sartzen
.saiatzen denak atea irekiko dio

* * *

Fedeak ez du esan nahi arduragabea izatea edo egoerak
zentzuz ez jokatzea. Aitzitik, gertatzen dena gertatzen dela
ere, pertsonak ziurtatu behar du Jainkoak bakarrik lagundu
diezaiokeela egoera zail eta nekagarrietan, bihotz, arima eta
.sentimendu osoz Harengana jotzen badu

* * *

Gure zentzumenek egia osoa helarazi ahal izango
baligute, lurra elektroibai gisa ikusiko genuke, eta hauts
zati bakoitza argi masa birakari gisa. Materialaren eremutik
espiritualera sartzen direnek ilusioaren izaera ulertzen dute
.eta egiaren funtsa ezagutzen dute

* * *

Afrikako oihanean, gudu-zelaian, gaixotasun edo
pobreziaz jota, norberak konbentzitu behar du Jainkoaren
eskua edozein arrisku baino indartsuagoa dela eta harengan
babesa bilatzen dutenak babesteko gai dela. Ez dago babes-
bide eraginkorragorik. Noski, arrazoia erabili behar da
gertaerei aurre egiteko, aldi berean jainkozko laguntzan
.konfiantza osoa jarritz

* * *

Izaki guztien bihotzetan bizi den maitasuna —ama, aita,
lagun eta maite guztien maitasuna— jainkozko maitasunetik
.dator

* * *

Bereizketa egin behar da betebeharrak nagusien eta txikien
artean, garrantzitsuena lehenetsiz soilik garrantzitsuena
baino. Gainera, ez dago beste betebeharririk kontraesanean
jarri behar denik. Eskriturek diote betebeharrak bat beste
batekin gatazkan dagoenean, benetako betebeharrak ez dela
.frogatzen duela

* * *

Eguzkiaren izpi biziak zabaltzen diren heinean,
itxaropen izpiak zabalduko ditut pobreen eta abandonatuen
bihotzetan [gizarteak baztertu dituenen], eta erabakitasun
berria txertatuko dut porrot egiten dutela uste dutenen
.bihotzetan

* * *

:Paramahansa irakasleak bere dizipulu bati esan zion
Ez baztertu inor zure maitasun zirkulutik. Gorde denak"
."zure bihotzean eta haiek ere berenean gordeko zaituzte

* * *

Jauna, lagundu iezadazu nire borondatea beti erabiltzen
ekintza onuragarriak eta onak egiteko
Lagundu iezadazu Zure nahiari egokitzen, nire
pentsamendu guztiak Zure helburuei erantzuteko eta Zure
.nahiarekin harmonian egon daitezen
Nire baitan ezkutuko eta bedeinkatutako boterea
esnatzen lagundu zidan, zailtasun eta proba guztiak gainditu
.ahal izateko

* * *

Esnatu zaitez ausart eta apal den nortasun espiritual
horretara - lehoien indarra usoen leuntasunarekin uztartzen
.duen nortasun espiritual horretara

* * *

Ez zait axola izango kritika mingots eta faltsuak, ezta
laudorio eta lausengu ugariak ere. Nire desio bakarra zure
.nahia egitea da, Jauna, eta zure faborea lortzea

* * *

Ezin duzu imajinatu jainkozko presentzia sentitzean
beteko zaituen poz izugarria. Zure arima Jainkoaren
maitasun mugagabeaz mozkortuko da orduan. Gizaki ororen
maitasuna baino milioika aldiz handiagoa den maitasuna da:
zure desio guztiak betetzen dituen eta zure bihotza poz eta
.asebetez betetzen duen maitasuna

* * *

Barne-fokuaren bidez, zoriontasun espirituala zuzenean
bizi dezakezu zure baitan eta zure inguruan. Kontzientzia
hau lantzen baduzu, zure nortasuna modu harmoniatsuan
haziko da, eta magnetismo erakargarria lortuko duzu
.pertsonentzat eta beste izakientzat

* * *

Oi Babesle Handia, ez zait axola dena galtzea nire
patuaren ondorioz, neuk egina baita, baina zuri eskatzen
dizut, nire babesleku bakarra, zureganako maitasunaren
kandela axolagabekeriaren eta ahanzturaren haizeetatik
.babesteko

* * *

Edan dezagun ase arte bakearen ur garbi eta
freskagarrietatik, egoera faboragarrien iturburuetatik
datozenetatik, positiboki pentsatzeko eta ikuspegi baikorra
.izateko dugun erabaki sendoak indartuta

* * *

Kontzientzia pertsona baten benetako izaera eta
motiboak agerian uzten dituen zentzumen intuitiboa da.
Zure kontzientzia garbi dagoenean, eta zuzena dena egiten
ari zarela badakizu, ez duzu ezer beldurtzeko. Kontzientzia
garbia Jainkoaren jokabide onaren lekuko da. Kontzientziaren
auzitegian absolbituta egoteak zoriontasuna izatea eta
.Jainkoaren bedeinkazioak jasotzea esan nahi du

* * *

Saiatu jende gehienak egiten ez dituen gauza ausart eta
atseginak egiten, eta eman maitasuna eta bakea besteek
.alde batera uzten dituzten horiei

* * *

:Paramahansa irakasleak bere dizipulu bati esan zion
Adimena lantzen denborarik ematen ez baduzu, ez"
duzu oparotasun materialak asetuko. Lantze hau ez da
tortura, baizik eta kontzientziaren entrenamendua
zoriontasunera eramaten gaituzten pentsamenduak eta
."ekintzak elikatzeko

Zure zoriontasuna zure arrakasta da, beraz, ez utzi inork
lapurtzen. Babestu zeure burua zu gogaitzen saiatzen
direnengandik. Mutikoa nintzenean, pazientzia galtzen nuen
norbaitek nire inguruko zurrumurru faltsuak zabaltzen
zituenean. Geroago, konturatu nintzen nire lasaitasuna
jendearen onespina edo miresmena baino garrantzitsuagoa
.dela

* * *

Jainkoarekiko deboto batzuek bizi duten jainkozko
maitasunaren istorioa jakingo bazenu! Bizitzako beste
esperientzia batek ezin du poz horrekin konparagarri izan.
Jainkoaren maitasunean etengabe murgilduta zegoen santu
bat ezagutu nuen, eta bere aurpegiak maitasun santua
irradiatzen zuen. Jainkoaren begia beti dago maite
.dutenengan, eta ez ditu inoiz une batez ere abandonatzen

* * *

Gutxi dira beren gaitasun mentalak eta espiritualak
garatzeko interesa dutenak

* * *

Ez utzi zeure buruari atzerapenaren hondora
hondoratzen. Jaiki zaitez eguneroko errealitate
aspergarriaren lozorrotik eta abiatu bizitza findu baten
.horizonteetarantz, non lorpena, poza eta bakea dauden

* * *

Zure baitan inbertitzeko zain dagoen potentzial izugarria
dago, eta zu zara hori aktibatu eta onura ateratzeko gai den
.bakarra

* * *

Ohitura txarren eta desira osasungaitzen aginduetatik
askatzeak arrakasta materialak baino zoriontasun handiagoa
dakar. Arrakasta intelektualean ongizate psikologiko bat
dago, kanpoko egoerek kendu ezin dutena. Denbora guztia
aberastasuna metatzen eman dezakezu, baina aberastasun
horrek ez dizu bilatzen duzun bake eta segurtasun
iraunkorra emango. Aitzitik, atsekabe handiagoa ekarriko
dizu, benetako zoriontasuna eta bakea gogoan baitaude, ez
.ondasun materialetan

Zure benetako nian sendo finkatuta zaudenean, zeregin
guztiak betetzen dituzu eta gauza on guztiak jainkozko
.pozarekin gozatzen dituzu

* * *

Ez utzi ahultasunak zure buruan sartzen, eta kontuz ibili
pentsamendu negatiboak eta ikuspegi pesimista duten
pertsonekin elkartzean, haien pensamendu ahulak zure
buruan ez sartzeko, zure buruak besteen pensamenduek
ahuldu ezin duten indar maila lortu ezean, baizik eta, aitzitik,
besteen pensamenduak indartu eta haien autokonfiantza
.handitu ahal izango duen arte

* * *

Jainkoa da lehenengoa, eta ez genuke gure eguna hasi
edo amaitu behar beragan pentsatu gabe. Gogoratu behar
dugu Jainkoagandik jasotzen dugun indar eta energiarik
gabe ezingo genukeela ezer lortu. Beraz, gure betebeharririk
.handiena berarekikoa da

* * *

Badago ohiturak eta tradizioak ebaluatu eta epaitzeko
modu bat. Hasieran, tradizio guztiek zuten justifikazioa.
Justifikazio hori oraindik existitzen bada, orduan tradizioak

esanahia eta onura ditu. Hala ere, ez da zentzuzkoa
tradizioak itsu-itsuan jarraitzea. Egia jakin eta jarraitu behar
diogu, zoriontasuna zerk ekar diezagukeen bereiziz eta gero
.aplikatuz

* * *

Hainbeste jende zoriontasun edo arrakastarik gabe
ikusten duzunean, ez pentsa hori dela haien patua. Nahi
duzuna bihur dezakezu zeure burua. Zure barne arrakasta
.da benetan arrakastatsu egiten zaituena

* * *

Zure baitan ezer ez baduzu, ez zara zoriontsu izango.

Baina zure inguruan ezer ez baduzu eta zure baitan
zoriontsu bazara, zalantzarik gabe arrakastatsua zara. Beraz,
ezinezkoa da pertsonak kanpoko egoeretan oinarrituta
.epaitzea

* * *

Jendetza zabalen artean, egon daiteke gorakada
espiritualera iritsi den eta barne-bakea eta zoriontasun
.espiritual gorena gozatzen duen pertsona bat

* * *

Badakit ziur behar dudan guztia etorriko zaidala, eta
horregatik ez dut kezkatzen etorkizunak zer dakarren. Hau
ez da harrokeria edo itxurakeria, botere bedeinkatu horren
lana eta eraginkortasuna askotan esperimentatu baititut nire
.bizitzan

* * *

Bizitzaren gainazalean flotatzen ari naizen ala
itsasoaren sakonean itotzen ari naizen, badakit Jainkoarekin
nagoela eta bera nirekin dagoela, eta ezerk ezin didala
kalterik egin. Ezagutza horrek zoriontasun deskribaezin eta
.sakona eman dit

* * *

Zalantzarik gabe, zerbait berria erostea esperientzia
atsegina da. Baina denbora baten ondoren, sentazio alai
hori pixkanaka desagertzen da, eta baliteke interesa guztiz

galtzea, ahaztu eta beste zerbait desiratzea. Hala ere,
elementu horren faktura ez da ahaztuko, batez ere kuotan
!ordaindu baduzu

* * *

Pertsona batek bere bizitzaren kontrola hartu eta ahalik
eta gehien sinplifikatu beharko luke. Beharrezko eta
larrialdietarako dirua aurreztu beharko luke, luxuetan
gastatzearen gaineratik aurrezteak lehenetsi eta ahal duen
guztia eman besteei. Besteei laguntzen diezunean, laguntza
modu batera edo bestera etorriko zaizu, eta ez zaizu ezer
.faltako eta ez zaizu ezer galduko

* * *

Bihotz guztien pozean, zure zoriontasunaren oihartzuna
entzuten dut, Jauna, eta fededun guztien adiskidetasunean,
zure maitasuna sentitzen dut. Pozten naiz eta nire bihotza
pozten da nire lagunen arrakasta eta oparotasunaz, nire
ongizate eta erosotasunaz pozten naizen bezala. Besteengan
jakinduria pizten dudana heinean, nire jakinduriaren altxorak
biderkatzen ditut, eta guztien zoriontasunean, nirea
.aurkitzen dut

* * *

Zoriontasunaren etsairik handiena luxuak erosteko dirua
maileguan hartzea da. Jendeak uste du, oker, ezin direla
zoriontsu izan zerbait zehatza eskuratzen ez badute. Baina
gauza hori eskuratu ondoren ere, ez dute benetako
zoriontasunik biziko, dakarren aldi baterako poza
gorabehera. Zertarako hautsi egingo dela agintzen duen
lurreko zoriontasunaren mirajaren atzetik ibiltzeak? Jendeak
modu sinplean bizi beharko luke, etengabeko arreta behar
.duten ondasun ugari behar izan gabe

* * *

Nire paradisia nire baitan dago Jainkoaren
bedeinkapenez gozatzen dudana heinean, eskerrak ematen
dizkiot, eta nire barne-poza hazten da Barne-poztasun hori
gabe, lurreko plazer eta gozamenak ere infernu bihurtzen

dira Konturatu naiz barne-poz hori gabe, nire gain jarritako
erantzukizunen zamak bakea kenduko zidala eta
.zoriontasuna kenduko zidala

* * *

Aberastasuna gaixotasunekin eta arazoekin batera
badago, ondorioak ugariak izango dira Higienea eta osasun-
laguntza Mendebaldearen indarguneen artean daude
Intsektu kaltegarriak eta mikrobio hilgarriak
eraginkortasunez kontrolatzen dira herrialde garatuetan,
beste batzuetan ugariak diren bitartean Baina izurrite hauek
ezabatzea ez da lorpenaren gailurra, beste mota bateko
gaitz batzuk baitaude herrialde garatuetan, hala nola,
ordaintzeko zailtasunak dituzten fakturak eta zatika
ordaintzeko sistemek eragindako finantza-krisi itogarriak —
.—loa nahasten eta lasaitasuna ahultzen duten gaitzak

* * *

Unibertso handi hau sortu zen kontzientzia beraren
.parte gara

* * *

Ikusi al duzu inoiz ardi-talde bat? Batek salto egiten
badu, gainerako artaldeak zalantzarik gabe imitatzen du.
Jende gehienak horrelakoa da. Norbaitek ideia bat
bururatuko litzaioke edo joera berri bat aurkeztuko luke, eta
beste batzuek berehala jarraituko diote modari eta kopiatu
egingo dute. Eredu hau belaunaldiz belaunaldi iraun du.
Nazio guztiek dituzte bere ohiturak eta tradizioak, eta ezin
dugu esan guztiak zuzenak edo sendoak direnik. Baina nork
daki? Agian ohitura eta tradizio horietako batzuk
.zentzugabeak eta alferrikakoak dira

* * *

Pentsamenduen ekaitz nahasia baretzen denean,
bakearen erreinuan sartzen gara eta jainkozko presentzia
ukitzen dugu

* * *

Pentsa ezazu Jainkoarengan, edo bakea inspiratzen
duen paisaia eder batean, edo esperientzia alai eta atsegin
batean. Buruko jarduera positiboa eta lasaia indarberritzailea
.eta freskagarria da

* * *

Mundu kaotiko eta nahasi batean bizi gara. Diruak
zoriontasuna esan nahi duela pentsa dezakezu, baina lortzen
duzunean, zorigaiztoko zarela konturatzen zara.
Aberastasuna lortu eta osasuna gal dezakezu (Jainkoak ez
dezala utzi). Edo osasun ona izan eta dirua galdu. Edo
aberastasuna eta osasuna izan ditzakezu, baina arazo ugari
izan ditzakezu besteekin, adeitasuna eskainiz, baina
gorrotoa eta haserrea jasoz. Jainkorik gabe, bizitza honetan
.ezerk ezin zaitu benetan ase

* * *

Lurra tortura-ganbera bihurtzen da jainkozko planaren
ezjakintasunean bizi direnentzat. Baina bizitzako
esperientziak zure irakasle gisa ikusten dituzunean eta
haietatik mundu honen benetako izaera eta drama
kosmikoan duzun rola ikasten duzunean, esperientzia horiek
argibide baliotsu bihurtzen dira betiko poztasun eta
.zoriontasunerako bidean

* * *

Han, iluntasun ilunaren, isiltasun isilaren eta sortu
gabeko ezerezaren atzean, betiereko esentzia dago,
existentziaren jatorria eta botere eta izaki guztien, ikusgaien
.zein ikusezinen, iturria dena

* * *

Jainkoak ez zuen lur hau sortu guretzat jan, lo egin eta
hiltzeko soilik, baizik eta bere nahia ezagutu eta gure
existentziaren helburua uler dezagun. Jakintsu gutxi batzuek
ulertu dute kosmosaren planaren esanahia, baina jende
.gehiena itsua da eta ez da konturatzen helburu horretaz

* * *

Dirua ez zen inoiz nire bizitzako helburua izan; nire
helburua gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzea zen.
Horregatik, Jainkoak aukera asko ireki zizkidan neure burua
.mantentzeko eta nire misioa betetzeko

* * *

Jainkoak unibertso hau lege finko eta aldaezin baten
arabera funtzionatzeko sortu zuen. Lege unibertsal hauetako
edozein urratzen badugu, geure burua zigortzen dugu.
Eraikin altu baten teilatutik salto egiten duen norbaitek
hezurak hautsi egingo ditu. Beraz, ezin dugu grabitatearen
.legea alde batera utzi ondorioak jasan gabe

* * *

Munduko zibilizazioei begirada sakona eman eta
antzinako zibilizazioen sekretu ezkutatuak aztertzen
ditugunean, irudi zabal bat agertzen da, lerro
korapilatsuekin, kapitulu anitzekin eta xehetasun zehatzekin,
eta gizakia aldi berean banakakoa eta soziala dela ikusten
.dugu

* * *

Jainkoak kontzientzia materialaren menpe bakarrik
bizitzea nahi badu, gauza materialekin guztiz asebeteta
egongo ginateke eta munduko bideekin konformatuko
.ginateke

* * *

Ametsak gainditzen dituen garbitasun, bake eta
zoriontasun izpiak distira eta dantzan dabilta gure
funtsezko sakontasunean

* * *

Gure lurreko bidaia honetan gure bizitzako zeruan
agertzen den esperientzia bakoitzarekin, gure kontzientzia
zabaltzen eta inguratzen gaituzten edo jasaten ditugun
inguruabarrak hobeto ulertzen ikasi behar dugu, eta orduan
harmonia hobean bizi eta jendearekin eta bizitzarekin
.leunago moldatuko gara

* * *

Jende gehienak besteak imitatzen ditu. Pertsona batek originala eta sortzailea izan behar du, eta egiten duen guztia .menperatu

Ekialdean, arreta nagusia zoriontasun espirituala lantzea izan da, bizitzaren alderdi materialak askotan baztertu diren bitartean. Mendebaldean, erosotasun material batzuk badaude, baina zoriontasun psikologiko gutxi. Behar dena bien arteko oreka da, bizitzaren alderdi bakarrean zentratzeak desoreka eta bizitzaren eskaerei arrazionalki .aurre egiteko ezintasuna dakarrelako

* * *

Zoriontasun handiena -jainkozko zoriontasunaren ondoren- pertsona bat urteko egun guztietan bizi behar .dituen bere senide hurbilekin bakean egotea da Jendeak denbora asko galtzen du presaka eta oldarkortasunez jokatzeko, gauza handirik lortu gabe. Gutxi dira hausnartzeko eta bizitzak zer eskaintzen duen ulertzen .saiaitzeko gelditzen direnak

* * *

Bakearen lorategietan jakinduriaren barne eraikinak eraikitze lan egin behar dugu, bertute espiritual .zoragarrien lore ugariekin loratzen eta distiratzeko direnak

* * *

Barne harmonia indar iturri aberatsa da eta energia berriztagarria sortzen du

* * *

Bizitzari begiratuta, arrakasta ez dela erraza konturatzen gara Bizitza askotan gogorra eta barkaezina da, eta bizibidea ateratzeko borrokatu behar dugu Pentsa ezazu zure gorputza mantentzeko eta osasuntsu eta gaixotasunetatik libre mantentzeko behar den ahaleginean! Horretan arrakasta izan arren, arrakasta hori aldi baterakoa da Gorputza —luzerako bizitza izan dezazula— azkenean atsedean hartuko du Beharrak indar ugariri aurre egitea agintzen du, bai barnekoak bai kanpokoak, nahi den

arrakasta lortzeko Indar hauek nekaezin lan egiten dute
benetan esanguratsuak diren lorpenak lapurtzeko

* * *

Saiatu lasai egoten edozein egoeratan, eta utzi zure
.bakearen hazia alaitasunez eta poztasun irribarrez loratzen

* * *

Santu handienek ere ez dute salbazio osoa lortzen beren
arrakasta —beren esperientzia espiritualak eta ezagutza
handiagoa— besteekin partekatzen ez badute, ulermen
espirituala lortzen lagunduz. Horregatik, etapa horietara iritsi
eta egoera horietara iritsi direnek irrikaz daude ulermena
behar dutenei emateko. Benetako arrakasta nahi baduzu, ez
.duzu zure zoriona bakarrik ziurtatuko, baita besteena ere

* * *

Adimena duen edonork irabaz dezake dirua. Baina
bihotzean maitasuna badu, ez du inoiz diru hori helburu
berekoietarako erabiliko; aitzitik, besteekin partekatuko du.
Dirua madarikazio eta zoritxarra da berekoien eta zikoitzen
eskuetan, eta bedeinkapen eta oparia bihotz oneko eta
.arima eskuzabalekoen eskuetan

* * *

Norbaitek denbora luzez isilik egotea aukera dezake,
bere familiarekin hitz egiteari uko eginez. Pertsona horrek
barne-bake maila bat lor dezakeen arren, bere jokabidea
berekoia eta kaltegarria da bere familiaren
zoriontasunerako. Ezin da benetan arrakastatsutzat jo bere
maiteek ere bere lorpenetatik etekina ateratzen ez badute.

Era berean, arrakasta materiala lortzea ez da soilik
oparotasunaz gozatzeko dugun eskubidea; baita besteekiko
dugun erantzukizun moralak ere, beren finantza- eta bizi-
.baldintzak hobetzen laguntzeko

* * *

Nire kontzientzia garbiaren hormen atzean babestuta
nago, iragan iluna erre dut eta gaurkoaz bakarrik nago
.kezkatuta

* * *

Gaur konturatzen naiz ongi handienaren argiarekin bat
naizela eta atsekabeen itsasoko olatuen aurka borrokatzen
.direnentzako itsasargia naizela

* * *

Jendeak ikuspegi eta teoria desberdinak ditu arrakastari
buruz, bizitzako anbizioen arabera. Ez da arraroa entzutea
batzuek arrakasta lapurretarekin parekatzen dutela,
honelako gauzak esanez: "Lapur arrakastatsua zen!". Horrek
azpimarratzen du arrakasta, bere forma eta barietate
guztietan, desiragarria eta bilatua dela. Hala ere, gure
.arrakastak ez luke besteei kalte egin behar
Arrakastarako beste irizpide bat ere badago: geure
buruarentzat emaitza harmoniatsuak eta onuragarriak
lortzeko gai garenean, besteak ere gure arrakastan sartu eta
.haren fruituak haiekin partekatu behar ditugu
Arrakastak pertsona baten ingurunean duen poztasuna
eta gogobetetasuna esan nahi du. Benetako arrakasta
zuzentasunaren printzipioetan oinarritutako ekintzen
emaitza da, eta besteen zoriontasuna eta ongizatea hartzen
ditu barne, norberaren zoriontasunaren zati gisa. Printzipio
hau gure bizitza materialean, intelektualean, moralean eta
espiritualean aplikatzen badugu, arrakastaren definizio osoa
.eta zabala izango dugu

* * *

Hemen, mundu mugatu honetan, luzera, zabalera eta
dentsitatea hautematen ditugu, baina badago beste maila
bat non dimentsioak ez diren existitzen; dena da argi eta
gardena — dena da kontzientzia eta pertzepzioa. Dastamen
zetzua pertzepzioa da, usaimena bezala. Gure
sentimenduak, pentsamenduak eta gorputzak kontzientzia
egoerak dira. Ametsetan ikusi, entzun, usaindu, dastatu eta
ukitu dezakegun bezala, maila altuago horretan ere,
sentsazio horiek guztiak kontzientzia hutsaren bidez bizi
.ditugu

* * *

Jauna, zoriontsu egin gaitzazu zure hurbiltasuna
sentituz, askatu gaitzazu desioen kateetatik eta eman
iezaguzu bizitzako esperientziek eta gertaera aldakorrek
.eragiten ez duten barne-poza

* * *

Gure adimenak pertzepzio altuagoekin bat datozenean,
kontzientzia espirituala esnatzen da gure baitan eta
jainkozko jakinduria eta maitasunaren mirari harrigarriak bizi
.ditugu

* * *

Jainkoa guztiz maite badugu eta gure pentsamendu eta
bihotz guztiekin Harengana jotzen badugu, hurbil sentituko
gara Harengandik eta bizitzako segurtasun babesleku
.handiena dela ikusiko dugu

* * *

Itxuraz hutsik dagoen espazio zabal eta zabalean,
unibertsoko gauza bizidun eta bizigabe guztiekin batzen
gaituen lotura kosmiko bat eta betiereko bizitza bat dago:
existentzia guztian zehar doan bizitza gorenaren olatu bat.
Betikotasuna da gure benetako etxea eta bizileku iraunkorra,
eta gorputz hauetan dugun existentzia aldi baterakoa da,
basamortuan zehar bidaiatzen ari den karabana baten
.atsedenaldi labur bat bezala

* * *

Espirituaren indar sortzaileekin lerrokatzen garenean,
gure arazoak gidatu eta konpontzeko gai den gogo
unibertsal eta infinituarekin konektatuko gara. Sormen-
indarra gure izatearen iturririk handienetik etenik gabe
isuriko zaigu, gure jardueraren edozein arlotan arrakasta
.sortzailea lortzeko aukera emanaz

* * *

Maitasuna hazten eta loratzen da konfiantza, tolerantzia
eta elkarrekiko errespetuzko giro batean

* * *

Bedeinka gaitzazu, Jauna, pentsamendu garbien eta
ohitura onen argiarekin, ohitura txarren eta pentsamendu
desbideratuen iluntasuna hurbiltzen bazaigu, berehala uxatu
dadin. Eta lagundu iezaguzu Zu maitatzen hain maitasun
sakon batekin, non ez ilusio materialek ez munduko
tentazioek ez gaituzten harrapatu edo gure gogoak eta
.bihotzak harrapatu

* * *

Erraz lortzen diren gauzak gutxitan dira baliotsuak.
Badakigu hori gizon-emakume handien bizitzak aztertuz eta
nola bihurtu ziren handi beren talentuak garatuz, beren
betebeharrak betez, beren balio moralak eraikiz, beren
ikasketa sakonekin eta berekoikeria saihestuz. Lortu zituzten
emaitzak eta lortutako lorpenak neurrigabe handiagoak izan
.ziren egindako ahaleginak baino

* * *

Benetako askatasuna jakinduriak gidatutako eta
ulermenak, zuzentasunak eta borondate irmoak babestutako
.aukera askatasunean datza

* * *

Zure borondatea, determinazioa eta bereizketa
kontzientea esnatzen dituzunean, indar ikusezinak askatzen
dira goi-kontzientziatik —arimaren ikuspegiaren bidez—
laguntzeko eta erosotasun psikologikora eta zoriontasunera
.daramaten bideak argitzeko, Jainkoaren laguntzarekin

* * *

Pertsonak bere ahaleginaren bidez ireki behar ditu
arimaren ubideak. Inork ez du borondatez aukeratzen
sufrimendua eta miseria bakearen eta zoriontasunaren
gainetik. Ezjakintasuna da sufrimenduaren erroa eta kendu
eta ezabatu beharreko oztopoa. Ezjakintasuna da belar txar
kaltegarria, sakonki errotua, gizateriaren lorategian hazten
dena, landare on eta onuragarriak baztertuz. Ezjakintasuna
borondate irmoarekin eta erabaki irmoarekin gainditu behar
da. Gogoaren lurra arreta mental zehatzarekin landu behar

da [positiboan] eta hazi onak fedearen urarekin ureztatu.

Maitasunaren izpi bizi eta beroek distiratzten dutenean,
ontasunaren hazia haziko da eta belar txar eta parasitoak
gaindituko ditu, iluntasuna ezin baita existitu argiaren
.aurrean

* * *

Gauza materialen plazerrak lausotu eta desagertzen
dira, baina jainkozko poza ez da inoiz itzaltzen. Amaigabeko
.eta deskribaezina den jainkozko zoriontasuna da

* * *

Ezin ditugu inoiz metodo okerrak erabili zoriontasuna
lortzeko, ezta barruan dugun bakea eta aberastasun
espirituala alde batera utzi behar ekintza eta portaera
infernalek ondorio suntsitzaileak dituzten erosotasun
.ilusorioaren eta bizitza distiratsu baten bila

* * *

Bakea da jainkozko presentzia harrapatzeko kamerarik
onena. Lasaitasun puru eta zehatzaren lentearen bidez, irudi
.bedeinkatua argitasun perfektuarekin agertuko da

* * *

Izan ere, jakinduria guztia zure baitan dago eta behar
.duzun guztia horren kontziente izatea da

* * *

Pozik egotea norbere hobekuntzan datza, beraz,
besteek zu bila zaitzakete zuk haiek bilatu beharrean.

Maitasuna eta adiskidetasuna itxaropenik edo eskaerarik
gabe eman behar dira trukean, itxaropenak erresumina eta
mingostasuna sortzen baititu. Norbere hobekuntzaren bila
ahalegindu arren, bakarrik, seguru eta bakean egon behar
.da norberaren bertuteen eta autoestimuaeren gotorlekuan

* * *

Poztasun eta baikortasun ur-jauziak isuri daitezela beti
nire bihotzetik, eta haien zipriztin freskagarriak uki ditzala
.ezagutzen ditudan guztiak

* * *

Poztasun espiritualak ariman sortzen du besteak modu
guztietan laguntzeko nahia, eta zoriontasunera eramaten
duten plazer moral finduak estimatzeko gaitasuna garatzen
.du, horrela plazer zakarretarako joera murriztuz

* * *

Zure rola txikia izan arren, rol handienak bezain
garrantzitsua izaten jarraitzen du arimek bizitzako
eszenatokian egiten duten antzezlan kosmikoaren
.arrakastan laguntzeko orduan

* * *

Kontzientzia unibertsala kontzientzia absolutua eta
infinetua da, etengabe berritzen ari dena eta bere sormenean
agortezina dena, eta zure bidez bere alderdi berezi bat
.adierazten saiatzen da

* * *

Jainkozko maitasuna behin bakarrik dastatzen baduzu
ere, ez diozu inoiz amore emango, unibertso osoan ez
.baitago parekorik

* * *

Jainkoa ezagutzen dutenek oso aurrerapen espiritualeko
mailara iritsi dira, non ez diren konformatzen bekatariei
aholku espiritualak eskaintzearekin, baizik eta -Jainkoaren
grazia eta laguntzarekin- botere espirituala eman
.diezaiekete beren bekatuen ondorioetatik askatzeko

* * *

Ekintza on eta gaizto guztiak garuneko zelulen barruan
daude eta ohitura edo joera birtutetsu edo gaizto gisa
agertzen dira pentsamenduan. Ohitura osasungaitzak dituen
pertsona batek, ohitura horien botereaz kargatuta
dagoelako, bere garuneko zelulak ohitura horien bidez
askatu daiteke borondatearen, meditazioaren, otoitz
zintzoaren eta etengabeko baieztapen positiboen bidez, bere
ohitura desegoki guztiak bake eta lasaitasun ohitura
birtutetsu bihurtu arte. Hori gertatzen da behar bezala
zuzendutako bizi-indarrak garuneko zelulen izaera anormala

aldatzeko lan egiten duenean, zelula horiek on, birtutetsu
.eta eder den guztiaz bete daitezen

* * *

Ulermena barne begia da, arimaren ikuspegia eta
bihotzaren teleskopioa. Gogoaren lasaitasunaren eta
.kontzientziaren garbitasunaren arteko oreka da

* * *

Egunero eszena desberdinak ikusten ditugu, eta
egunero ikasgai berri bat dakar ikasteko. Pertsona batek
ikasgaia bere existentziaren azken helburuan zentratuz
ikastea espero da: bere izatearen iturria eta bere bizitzaren
.oinarria aitortzea

Iraganeko atsekabeak ahazten ahalegindu gaitzen eta
ez dezagun horietan gehiegi pentsatzen utzi. Irmoki erabaki
eta borondate aktiboz, berritu ditzagun gure bizitzak, hobetu
ditzagun gure arrakastak eta landu ditzagun ohitura onak
.eta ezaugarri nobleak

Jainkoa da nire indarra eta ez dut beste indarrik sinesten
Bizitzako guduak borrokatu eta amaierara arte eutsi,
inoiz ez amore emanez. Ez esan inoiz: "Ezin dut bidea
aurkitu, beraz, saiatzeari utziko diot". Eskatu laguntza
akatsak egin badituzu, baina ez utzi inoiz saiatzeari. Askok
porrota onartzen dute oztopoak aurkitzen dituztenean. Huts
egiten dutenek arrakasta duten jendearekin elkartu behar
dute, ez porrot egin dutenekin. Izan zaitez erabakita
.arrakasta izateko; izan dadila hori zure bizitzako filosofia
Egunero gure indar fisikoa indartu, gure indar mentala

handitu eta gure benetako nia ezagutu behar dugu
meditazioaren, pentsamendu sendoaren eta gorputzari,
adimenari eta espirituari batera mesede egiten dion lan
.positibo eta emankorraren bidez

Ohitura on bat ezarri edo txar bat hautsi nahi duzunean,
ohitura desberdinen mekanismoak dauden garuneko
zeluletan zentratu. Ohitura on bat ezartzeko, lehenik eta
.behin lasai eseri eta mediatu, jainkozko gidaritzza bilatuz

Zentratu zure burua kopetan, bekainen artean, dagoen
borondate-zentroan eta berretsi irmoki garunean txertatu
nahi duzun ohitura. Ohitura txarrak ezabatu nahi dituzunean,
zentratu zure arreta borondate-zentroan ere eta baieztatu
irmoki ohitura horiek errotuta dauden zirrikitu guztiak
.ezabatzen ari direla
Fokuarekin eta borondatearekin, ohitura zahar errotuen
.ildo sakonenak ere ezabatu ditzakezu

Berretsi zeure buruari behin eta berriz ohitura
osasungaitzak zure garunetik kentzeko borondate-indarra
duzula. Baieztapen horretarako unerik onena goizaldea da,
zure borondate-indarra eta fokua gorenean daudenean.
Jarraitu zeure buruari baieztatzen agindu guztietatik libre
zaudela, eta egunen batean ikusiko duzu —Jainkoaren
.laguntzarekin— hautsi nahi duzun ohituratik askatu zarela

Beldur zaren edozer gauza, uxatu zure
pentsamenduetatik eta utzi Jainkoari. Sendotu Jainkoarengan
duzun fedea eta fidatu zaitez laguntzeko gai dela, eta jakin
.ezazu sufrimendu asko kezkatik eta antsietatetik datorrela
Zergatik sufritu behar duzu orain, beldur zaren gauza
oraindik gertatu ez denean? Gure asaldura gehienak
beldurretik datoz, beldurra gure bizitzetatik kentzen badugu
.libre sentituko gara eta sendatzea berehalakoa izango da

Gauero, oheratu aurretik, baieztatu zeure buruari
Jainkoa zurekin dagoela, babesten eta zaintzen zaituela.
Irudikatu bere argi babeslea alde guztietatik inguratzen
.zaituela, eta bere babes zoragarria sentituko duzu
Kosmikazko antzezlan honetan, arraza guztietako
gizakiek bizitzaren drama antzezten dute denboraren
.eszenatokian

Bizitzaren esanahia ulertu behar dugu, gure aldi
baterako rolekin gehiegi kezkatu edo horietan gehiegi

zentratu gabe. Bizitzaren ulermena askotan desitxuratuta
eta okerra da, berekoikeriaren eta ikuspegi mugatuaren
begietatik ikusten baitugu; espirituaren begiekin begiratuko
bagenu, gauzak ikuspuntu guztiz desberdin batetik ikusiko
.genituzke

Jakinduriaren begia irekitzen dugunean, Jainkoaren argi
osoa ikusten dugu, eta argi horretan gure izaera espiritual
hautematen dugu, unibertsoaren partikula eta atal guztiak
zeharkatzen dituen kontzientzia unibertsalaren izaeraren isla
.dena

Egia espiritualek inguratzen gaituzte, gure begi itxien
ateetan jokatzen dute, iluntasunaren ordeztutako argia ikustera
animatzen gaituzte, ezjakintasunaren ordeztutako jakinduriatutako
jokatzera, gorrotoaren ordeztutako maitasunez gure bihotzak
betetzera eta bakea ezartzeko eta ugaritasuna eta
segurtasuna gure mundura ekartzeko lankidetzan aritzera.

Hori egiten dugunean, ezjakintasuna desagertuko da,
munduko desberdintasunak desagertuko dira, batasuna
ikusiko dugu aniztasunean eta jainkoetutako nahiarekin
.harmonianago egongo gara

Jainkoarekiko dugun harremana ez da hotza edo
maitasunik gabekoa, enplegatzaile baten eta langile baten
artekoa bezalakoa. Bere seme-alabak gara, eta etengabeko
ardura du gurekin; beti entzuten gaitu. Bere izatearen parte
gara, eta Harekin dugun harremana bizirik eta bizia da.

Maitasun, ulermen, ikuspegi, borondate on eta indar
espiritual agortezin bat eman digu, baina gehienok
.aberastasun hori alferrik galdu dugu

Jainkoak segurtasunean, bakean eta lankidetzatutako
atseginean bizitzea nahi du, familia noble eta maitekor
bateko kideei dagokien bezala, baina gutizia eta kalkulu
berekoiak ernetu eta errotu dira jendearen arimetan eta
.zatiketa eragin dute familiaren artean

Jainkoak nagusi izatea nahi du, baina guk esklabo izatea
aukeratu dugu. Gizateria bere zeruko etxetik urundu da eta

Jainkoarengandik hurbil eta Jainkoa guregandik hurbil
sentitzearen barne-paradisua galdu du, eta ezingo du
paradisu hori berreskuratu ahalegin pertsonalik gabe.
Jainkoak bere irudian sortu gintuen, baina egia hau gure
.burutik ihes egin du

Gure patua zailtasunak eta gure patua suntsipena direla
dioen ilusioari amore eman diogu, eta ilusioaren beloa
jakinduriaren sastakaiarekin urratu behar dugu beloaren
.atzean dagoen egia distiratsua ikusteko
Jainkoak zoriontasunez bedeinkatu nau nire bizitzako
urte luze hauetan zehar. Jendeak nire aurpegian poztasun
irribarrea ikusten duen ala ez, jainkozko poza beti dago
nirekin eta ez nau inoiz uzten. Zoriontasun ibai handia
etengabe isurtzen da nire kontzientziaren hondarren azpian
eta iturburu bedeinkatu gisa lehertzen da, nire bizitzako
.lorategiak ureztatzen dituztenak

Ez bizitzaren bat-bateko gorabeherak ezin didate bakea
asaldatu, ezta heriotzaren mamuak ere sentitzen dudan
.zoriontasun espirituala kendu

Zaila izan zen egoera hori iraunkor eta aldaezina
bihurtzea, baina orain gozatzen ditudan eta besteekin
partekatzen ditudan espirituaren fruituek merezi izan zuten
.egindako ahalegin guztia

Jainkozko espirituak gidatuta pentsatzen eta jokutzen
dut. Dirua ez da inoiz nire bizitzako helburua izan, baizik eta
gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzea. Horregatik,
Jainkoak ontasunaren ate asko ireki dizkit neure burua
mantentzeko eta nire misioa betetzeko. Eta laguntza behar
.dudanean, Jainkoak berehala ematen dit
Nire nahi bakarra zuri zerbitzatzea da, eta horregatik
nago hemen

Jainkoaren boterea zuen bizitzetan ere lanean ari da.
Egia hau zeuen kabuz biziko duzue zuen fedea sendotzen
denean eta benetako aberastasuna ez datorrela arrakasta

materialetik, baizik eta Ahalguztidunarengandik konturatzen
.zarenean

Jainkoarekin igarotzen duzun une oro zure onurarako
izango da, eta maitasunez eta Jainkoa atsegin emateko
lortzen duzun guztia betikotasuneko erregistroan idatzita
.geratuko da zuretzat

Erretiratu zure pentsamendu sakonen bakardadean eta
gozatu isiltasunaren iturritik datorren bakeaz
Ekintza onak ereiten baditugu, poza eta bedeinkapenak
jasotzen ditugu, eta ekintza txarrak ereiten baditugu, krisi
.eta arazo mota eta maila desberdinak jasotzen ditugu
Ekintza on oro pikotxa bat bezalakoa da, zeinarekin
kontzientziaren lurzoruan zulatzen dugun jainkozko pozaren
.iturria aurkitzeko

Ikasi introspekzioaren eta esplorazioaren itsasoan
murgiltzen, liburu onekin, sinesmenekin, arazoekin,
filosofiarekin edo barne-pozarekin lotuta izan, aitortuz
[kontenplaziozko] bakardade arrunta benetako
.zoriontasunaren prezioa dela

Bizitza aurreikusezina, kapritxosoa eta misteriotsu
samarra dirudien arren, zalantzaz eta arazo eta asaldura
mota guztiez betea, Jainkoaren etengabeko babespean
gaude. Ez dugu gauzak gehiegi handitu behar edo
lasaitasuna galdu gertaeren aurrean, izua gainditzeko uzten
badiogu, gaizkiari boterea ematen diogulako eta haren
sustraiak sakontzen ditugulako, beldurraren eta
.antsietatearen lurzoruan hazten eta loratzen direnak
Galde iezaiozu zeure buruari gauero: Zenbat denbora
eman duzu Jainkoarekin, zenbat hausnartu duzu, zenbat
lortu duzu, zenbat egin duzu besteentzat eta zenbat
?kontrolatu dituzu zure desioak

Ez genuke espero behar bizitzako probetan zoriontasun
eta bake iraunkorra aurkitzea; aitzitik, geure baitan bilatu
eta aurkitu behar ditugu. Gero, edozein esperientzia bizi izan
arren, beste norbaiten esperientziak film batean ikusten

ditugun modu berean egingo diegu aurre, atseginak edo
.mingarriak izan

Pertsona batek bere esperientzia guztiak mingarri eta
tamalgarri bihur ditzake bere buruari hori egiten uzten
badio. Osasun onez gozatu dezakete, baina haren balioa ez
dute estimatzen. Baina gaixotzen badira, apaldu eta
ongizatearen bedeinkapena eskertuko dute. Jainkoaren
faborea aitortu eta ematen dizkigun bedeinkapenengatik
eskerrak eman behar dizkiogu, egoera kaltegarrien zain
egon gabe, esker oneko sentimenduak izan eta haren grazia
.aitortu arte

Bizitzak hausnarketa eta ekintza nahasketa bat izan
beharko luke. Pertsona batek bere oreka psikologikoa
galtzen duenean, kezka, atsekabearen hodei eta minaren
atsekabeen aurrean zaurgarri bihurtzen da. Eta osasunaren,
oparotasunaren eta jakinduriaren legeak hausten saiatzen
bada, ezinbestean gaixotasuna, pobrezia eta ezjakintasuna
.jasango ditu

Gure asmoak garbi mantendu behar ditugu, gure
motiboak garbi, eta lasaitasuna ekartzen diguten moduan
jokatu, eta ez utzi bizitzako egoerek gure bakea asaldatzen
.eta gure zoriontasuna suntsitzen

Bihotz tristeek eta pentsamendu hautsiek erakartzen
naute, urrun egon arren

Zabaldu zure maitasun erreinu distiratsuaren mugak
pixkanaka zure familia, zure bizilagunak, zure komunitatea,
zure herrialdea eta kontziente diren herrialde eta izaki
.guztiak barne hartzeko

Gure adimena indartu behar dugu, eta urteetan eta
belaunaldietan zehar heredatutako ahultasun intelektual eta
moralaren zama baztertu. Ezpurutasun horiek erre egin
behar dira erabaki berriaren eta ekintza emankorraren
sutan. Ikuspegi eraikitzaile honekin, benetan

konprometitutako norbanakoak askapenaren eta
.askatasunaren horizonteetara irits daiteke
Aktibatu zure barneko botere infinitua, bizitzako
.eszenatokian zure rol ospetsua bete ahal izateko
Pertsona batek Jainkoa ez den beste edozer gauza
gurtzen hasten den bezain laster, zorigaiztoa bihurtzen da
haren patua. Gauza hauetan arreta guztia jartzen dutenek,
egia esan, gurtzen dituzte, eta, beraz, ez dira
Jainkoarengana hurbiltzen, baizik eta Harengandik urruntzen
dira. Baina Jainkoa kontenplatzen dutenek, Harengan
hausnartzen dutenek eta Harekin bihotzean elkartzen
direnek Harengana hurbiltzen dira eta barne-poza bizi dute
.Harekin duten isiltasun-komunioan
Jainkoa bakarrik da gai gizakien ametsak eta
zoriontasun iraunkorrerako itxaropenak betetzeko. Beraz, ez
.da ezerk Jainkoaren lekua hartu behar bihotzean
Badira bilatzaileari Jainkoa gogoratzen eta Harengana
hurbiltzen lagun diezaioketen sinbolo sakratuak. Hala ere,
pertsona batek sinbolo hauek gurtzen hasten bada, kalteak
onura handiagoa izango du. Gurtza Jainkoari bakarrik
.zuzendu behar zaio, beste ezer ez baita gurtza merezi
Errituzko gurtzaren izaera edozein dela ere, Jainkoak
onargarria da, baldin eta gurtzaileak kontzientzia
espiritualarekin eta Harekiko irrikaz egiten badu. Hala ere,
jende askok ez du gurtzaren funtsa ulertzen, eta haien
pentsamenduak eta bihotzak Jainkoagandik erritualetara
desbideratzen dira, eta, beraz, ez dute etekin handirik
.ateratzen gurtzatik
Benetako gurtzaileek ez dute beren kontzientzia irudi
edo forma batera mugatzen uzten, baizik eta maitasun
sakonenarekin eta arreta osoz irudi eta forma guztien atzean
.dagoen jainkozko espirituan zentratzen dira
Jainkoa absolutua eta infinitua da, eta ez dago irudi edo
.estatuarik hura edukitzeko gai denik

Esan daiteke Jainkoa zinez maite duen eta berarekin harmonian dagoen ororengan agertzen dela, nonahi baitago eta, beraz, guztiengan. Hala ere, ez du edonork jainkozko presentzia adierazteko gaitasuna. Eguzkiak berdin distira egiten die ikatzari eta diamanteari, baina diamanteak .eguzki-argia jasotzen eta islatzen du, ikatzak, berriz, ezin du Era berean, pertsona guztiak Jainkoaren argitan murgilduta daude, baina gutxi batzuk baino ez dira gai argi hori jasotzeko eta beren pentsamenduetan eta ekintzetan islatzeko. Horretarako, meditazioaren bidez eta jainkozko irakaspen eta aginduak jarraituz garbitu behar dute beren .burua

Jainkoaren izena ahoskatzen dugunean, sakon eta zintzoki kontziente izan behar dugu esaten ari garenaz.

Otoitzean jendearen pentsamenduak ikusi ahal izango bazenitu, ikusiko zenuke gehienek Jainkoa ez den guztia pentsatzen dutela, nahiz eta haren izena ahoskatu! Otoitz .hori alferrikakoa eta baliogabea da

Otoitz egiten dugunean, gure gogo osoa Jainkoarengan zentratzen saiatu behar dugu, haren izen bedeinkatua errepikatu eta gure pentsamenduak noraezean dabiltzan bitartean. Nire izeba batek bere otoitzak aleetan errezitatzen zituen, eta gutxitan izaten zituen eskuetatik kanpo. Baina egun batean aitortu zidan berrogei urtez otoitz ohitura hori praktikatu arren, Jainkoak ez zituela bere otoitzak erantzun. Ez da harritzekoa! Bere "otoitzak" urduri jartzen ziren ohitura .bat baino ez ziren

Otoitz egiten dugunean, Jainkoagan bakarrik pentsatu behar dugu Gure gurtzan zintzoak eta gure erreguetan debotoak izaten ahalegindu behar dugu Otoitz-aleak erabiltzea eta Jainkoaren izena etengabe deitzea guztiz onargarria da praktika bihotzetik datorrenean eta zintzotasunak eta gogo fokatuak babesten dutenean Hala .ere, praktika hau automatiko bihur daiteke denborarekin

Jainkoaren izena gure bihotzetan xuxurlatu behar dugu,
irrikaz eta jainkozko maitasunez; hau da Jainkoaren bihotza
ukitzen duen benetako gurtza. Jainkoaren izena hotz eta
gogo galduarekin ahoskatzea blasfemia eta errespetu falta
da. Otoitz egiten dugunean, bihotza eta adimena Jainkoaren
.maitasunez bete behar dira

Jauna, zu zara jainkozko Ipar Izarra, zeinak nire
pentsamendu ibiltariak gidatzen dituen proba eta
.atsekabeen itsaso nahasian

Yoga ariketa altuagoen bidez gogoaren kontzentrazioa
praktikatzeak Jainkoarengana hurbiltzen laguntzen du, aintza
eta distira iturri gorena dena, Jainkoaz pentsatzeak eta
.harekin komunikatzeak laguntzen duen bezala

Ezinbestekoa da astean egun bat erretiro espiritualari
eskaintzea (ahal bada), Jainkoaren kontenplazioa egiteko eta
lasaitasuna, bakea eta barne-bakea bizitzeko. Horrela
igarotako denborak balsamo lasaigarria izango da aste
.osoan zehar izango dituzun arazo eta antsietateetarako
Guztiok behar dugu astean egun bat bakardadean edo
"erretiro espiritual" batean igarotzea, zauri eta min
emozionalak sendatzeko. Egun hori bake, poza eta
asebetetze egun bihurtzen denean, irrikaz itxarongo duzu
.astetik aстера

Bakardadea handitasunaren prezioa da. Harrituta
geratuko zara erretiro espiritual honen eta zure
espirituarekin eta Jainkoarekin loturaren bidez zure
gogoarentzat, gorputzarentzat eta arimarentzat lortuko diren
emaitza zoragarriekin. Benetako zoriontasuna bilatzen
baduzu, jainkozko bakearen ozeanoan murgildu behar duzu
goizean goiz esnatzean, eta baita gauez lotara joan aurretik
.ere

Indiako jakintsuek ez dute egun bakarti bat bakarrik
gomendatzen, baizik eta egunero lau une zehatzetan
meditazio isila egiteko beharra azpimarratzen dute.
Egunsentian, jaiki eta inor ikusi aurretik, lasaitasunaz eta

bake sentsazioaz gozatu behar da. Eguerdian, bazkaldu aurretik gogoa baretu behar da, eta berriro ere bake aldi batez gozatu afaldu aurretik. Azkenik, gauean oheratu .aurretik, berriro bake egoeran sartu behar da Bakardadean eta eguneroko lau aldi hauetan zehar isiltasuna arduraz betetzen dutenek Jainkoarekin harmonia bizitzera behartuta daude. Aldi horiek guztiak bete ezin dituztenek gutxienez goizeko eta arratsaldeko orduak eskaini beharko lituzkete horri. Horrela eginez gero, beren bizitzak hobera eraldatuko dira eta benetako zoriontasuna .biziko dute; esperientzia da frogarik onena

Zure banku-kontua estaltzeko adina diru sartu gabe txekeak idazten eta sinatzen jarraitzen baduzu, zure dirua agortuko da. Gauza bera gertatzen da zure bizitzarekin. Zure bizitzako kontuan bakearen gordailu erregularrik gabe, zure energia agortu egingo da, zure lasaitasuna desagertuko da eta zure zoriontasuna lurrundu egingo da. Laburbilduz, azkenean porrot emozionala, mentala, fisikoa eta espiritualak jasango duzu. Baina Jainkoarenganako eguneroko meditazio .sakonak zure kontu emozionala beteko du

Bilatzaile debotoak egunero meditatzen du, Jainkoarekin elkartzeko bihotzeko maitasun eta irrika guztiarekin, bere burua agertzeko erregutuz. Jainkoaren maitale bazara eta haren presentzia bizi nahi baduzu, zure gogoa eta gorputza haren bakean murgildu behar dituzu, eta bizitzak irribarre .egingo dizu, eta zure gauzak modu askotan hobetuko dira

Pertsona lasai batek gutxitan egiten du akatsik, eta beste milaka huts egiten duten lekuetan arrakasta lortzen .du

Jainkoaz pentsatzen ez dutenak edo berataz arduratzen ez direnak deprimitu eta zorigaiztoko bihurtzen dira. .Suminkor bihurtzen dira eta ibiltzeko makina bihurtzen dira Jakinduriaren eta bakearen eguzkia lasaitasunaren zeruan aterako da eta zure izatea bere izpi sendagarrietan

bainatuko du, ahalegin espiritualala egiten baduzu eta zure
.bihotzean Jainkoari lehen lekua ematen badiozu
Ilargi bakar batek izar guztiak baino distira handiagoa
egiten du. Txikia dirudien eguzkiak, bere burua baino
milioika aldiz handiagoa den eremu batetik iluntasuna
uxatzen du. Era berean, pertsona on batek, munduan
egoteagatik soilik, pertsona gaiztoek igorritako bibrazio asko
konpentsatzen eta neutralizatzen dituzten bibrazioak
.igortzen ditu

Hausnarketa eguna atsedeen fisiko eta mentalaren eguna
eta barne bakea lantzeko eguna ere izan beharko litzateke.
Jakinduria eta bakea ematen duen edozein jarduera
.bedeinkatua da egun horretan

Gurasoak ohoratzeari dagokionez, liburu santuek
gomendatu dute ondo tratatzea: "Ohoratu zure aita eta
."ama" eta "Izan zaitez jator gurasoekin
Giza gurasoak Jainkoaren ordezkari gisa ohoratu behar
dira, gizateria sortzeko dohaina eman baitzien. Ama
Jainkoaren maitasun garbiaren irudikapena da, ama
maitekor batek barkatzen baitu inork barkatzen ez duen
lekuan. Aita Jainkoaren jakinduriaren adierazpena eta bere
.seme-alaben babeslea da

Ez da aita eta ama maitatu behar Jainkoagandik aparte,
baizik eta haren maitasun babesle eta jakintsuaren
adierazpen gisa. Jainkozko espiritu gorena aita eta ama
bihurtzen da haurrari laguntzeko; beraz, gurasoengan
.ohoratu behar da

Eskriturek ere ez digute aholkatzen hiltzeagatik hiltzea,
orduan hiltzaile bihurtzen baita. Pertsona batek ez luke beste
baten bizitza kendu behar emozio biziko une batean. Hala
ere, maite dituzunak mehatxatuta badaude, Jainkoak haiei
eman dizkienak babesteko borrokatu behar da, norberaren
.familia eta herrialdea defendatzea betebeharrak sakratua baita
Adulterioaren debekuari dagokionez, sexu-batasunaren
helburu ideala Jainkoaren irudian sortutako seme-alabak

sortzea eta elkarrengan Jainkoa ikusten duten ezkontideek sentitzen duten maitasun garbiaren adierazpena izan beharko litzateke. Benetako maitasunari edo sexu-desira sortu zen helburu gorenari inolako erreparatu gabe, maila fisikoan soilik bizi direnek adulterioa egiten dute agindu honen arabera. Kasu honetan, ez dira desberdinak beren sexu-gogoak ase eta gero beren bidetik joaten diren .animalietatik

Jainkoak bulkada sortzaile hau sortu zuen gizon-emakumeengan, benetako elkarrekiko maitasuna ugaltzeko eta ezkontza-bizitzan adierazteko, eta ez da bestela gaizki erabili behar, baizik eta jarduera eta ezagutza sakratu .bihurtu

Zure izatearen barruan sexu-indarra kontrolatu eta banatzen baduzu, gaitasun mental handiak garatu ahal izango dituzu idazteko, marrazteko edo beste hainbat .modutan talentu ezkutak agerian uzteko

Eta azkenean jarduera sortzailea kontrolatu eta espiritualki eraldatzeko gai zarenean, bake handia, maitasun .handia eta gero eta poz espiritual handiagoa biziko dituzu Beren sexu-jarduera espiritualki eraldatu duten santuak eta lider espiritualak munduan eta egiaren bilaketa esoterikoan balentria harrigarri eta harrigarriak egiteko gai .diren erraldoiak dira

Beraz, sexu-bulkadaren erabilera gorena bere boterea igotzea da, hau da, bere energia helburu handiago baterantz bideratzea, jakinduria, ideal altuak eta printzipio espiritualak agertzeko. Ez litzateke sexu-pentsamenduetatik plazerrik atera behar edo debekatuta dagoena desiratu. Autokontrol mota hau lortzen denean, ikuspegi sendoa izango da sexu- .harremanei eta haren helburu handiagoei buruz

Sexu-gaien esklabo izateak osasuna, autokontrola eta bake intelektuala galtzea esan nahi du, eta, laburbilduz, .pertsona batek behar dituen zoriontasun-elementu guztiak

Liburu santuek ere ez lapurtzera animatzen gaituzte.
Mila pertsonako talde batek elkarri lapurtuko balio, bakoitzak
999 etsai izango lituzke. Beraz, ezin da besteen eskubideak
urratu, ezta haien lurrak, bakea, maitasuna, duintasuna edo
haien ondasun material edo espiritualak bahitu ere. Zurea ez
dena hartzeko gogorik ez baduzu, behar edo nahi duzuna
etorriko zaizu. Lapurreta lehenik buruan sortzen da, pertsona
batek besteen inbidia izaten hasten denean. Desira gaiztoen
haziak burutik errotik atera behar dira. Altruismo espiritual
da bidea. Orduan, pertsona batek naturalki erakarriko du
ugaritasuna, eta bedeinkazioak etorriko zaizkio ezagutzen
dituen iturrietatik eta ezagutzen ez dituen iturrietatik. Hau
jainkozko lege hutsezina da. Lapurrei eta pertsona berekoiei
dagokienez, bizitza ondasun materialen atzetik igarotzen
dute, begiak beti besteengan jarrita, nahiz eta beren kutxak
.urrez gainezka egon
Egoismo materiala alde batera uzten ez bada, munduak
ezin du zoriontasuna ezagutu
Zoriontasuna lankidetzaren bidez bakarrik
dator. Pertsona batek besteen beharrak bereak balira bezala
sentitzen dituenengan eta besteentzat lan egiten duenean bere
.buruarentzat lan egiten duen bezala
Beste agindu garrantzitsu bat da lekukotasun faltsurik
ez ematea. Egia desitxuratuz norbaiti kalte egitea gizarte-
harmonia ahultzeko beste modu bat da. Ondo tratatua izan
nahi badugu, besteak horren arabera tratatu behar ditugu.
Egia beti esan behar da, baina bereizketa egin behar da egia
esatearen eta gertaerak soilik esatearen artean. Norbait
herren edo itsu gisa aipatzea mingarria eta kaltegarria da;
kontuan izan behar dira besteen sentimenduak eta lotsarazi
saihestu. Era berean, helburu noblerik gabe norbait
traizionatuko lukeen egia bat agerian uztea ere okerra da.
Bestalde, ez da gezurrik esan behar egia ez esateko; aitzitik,
isildu egin daiteke egoera batzuetan, besteak lotsarazi edo
.kaltetu ez daitezen

Kontuz ibili behar da inbidiaz, arimaren bakea jaten
duen gaixotasun suntsitzaile batez. Zenbat eta gehiago
irrikatu besteena dena, orduan eta handiagoa bihurtzen da
norberaren atsekabea eta miseria. Inbidia duen pertsonak
bizitza nahasia du, lasaitasunaren zaporea ezagutu gabe.
Askoz hobe da bere burua errespetatzea, bere buruarengan
.fidatzea eta barne aberastasun espirituala bilatzea
Pertsona baten duintasuna eta berezko balioa askoz
handiagoak dira nahi edo eduki nahi luketen edozer baino.
Jainkoa gizaki guztietan agertzen da, beste inongo gizakitan
agertzen ez den moduan. Haien aurpegia ez da beste inoren
antzekoa, eta haien arima ez da beste inoren antzekoa,
haien baitan baitago sorkuntza osoko altxorrik handiena, eta
.altxorrik handiena Jainkoa da
Gure bizitzak distira eta ekintza onekin loratu daitezen
nahi dugu, poz eta zoriontasunez usaindu daitezen, eta gu
.estimatzen gaituztenen oroimenean betiko bizi daitezen
Pertsona batek fedea zuzena duenean eta horren
arabera jokatzeko duenean, zoriontsuagoa da federik ez
dutenak eta bizitzako borrokan beren betebeharrak betetzen
.ez dituztenak baino
Fede sendoa eta ekintza zuzena (motibo nobleek eta
asmo onek babestuta) beti daude zoriontasuna dagoen leku
guztietan, eta galtzen dira zoriontasuna ez dagoen lekuetan.
Hortik ondoriozta dezakegu zoriontasunerako bi baldintza
ezinbestekoak direla, eta ezin direla lortu horiek gabe.
Zoriontasuna nahi dutenek bi elementu funtsezko hauek
besterik ez dituzte eduki behar, eta hauek dira haren
.oinarriak eta zutabeak
Gizakiek ezin dituzte unibertsoaren osagai infinituak
nahi dutenean kontrolatu, aldatu edo ezabatu. Osagai hauek
giza bizitzaren ehunarekin lotuta daude, eta gizakiek ezin
dute haietatik isolatuta funtzionatu. Hala ere, gizakiek beren

adimena kontrola dezakete osagai horietara egokitzeko eta
.haiek kalterik ez egiteko

Gure arbasoak gu baino zoriontsuagoak ziren, ez guk
baino gauza eta plazer gehiago zituztelako edo bizitzako
arazoekiko esposizio gutxiago zutelako, baizik eta
erosotasuna, bakea, poztasuna eta, laburbilduz,
.zoriontasuna ematen zien oreka psikologikoa zutelako

Ez ziren kanpoko egoeren menpe beren zoriontasuna
lortzeko, ezta hura lapurtuko zieten kanpoko baldintzen
menpe ere. Erosotasun, bake, zoriontasun eta asebetetze
sentimenduak naturalak, normalak, osasungarriak eta
iraunkorrak ziren. Guk ere sentimendu horiek landu beharko
genituzke zoriontasuna izan nahi badugu. Eta nork ez du
?gure artean

Patua iraganean borondate askearen edo aukera
askatasunaren ariketa baten emaitza da. Iraganean
borondate askearen praktiken bidez, patua eta patua ekarri
ditugu eta ekartzen jarraitzen dugu geure gainera. Hala ere,
ez gaude iraganak mugatuta, ezta gure ekintzen ondorioek
betiko mugatuta ereindakoa desegin eta idatzitakoa ezabatu
dezakegu, hala nahi badugu eta gure bidea zuzentzen eta
.gure uztaren kalitatea hobetzen saiatzen bagara
Ondorio mingarriak dituzten ekintzen haziak
desagerrarazten baditugu eta haien ordeztarimaren
izaerarako egokiagoak diren haziak ereiten baditugu, ziur
aski zoriontasunaren fruituak jasoko ditugu arimaren
lurzoruan ereindako hazi on horietatik. Borondate askea
orain erabili behar dugu, orain eta ez bihar, zoriontasun
handiagoa lortu edo sufrimendua eta mina gutxitu nahi
.badugu

Beraz, zoriontasunerako baldintzak gizakiaren baitan
daude, eta egin behar duen guztia akatsik gabeko ekuazio

horri seriotasunez aurre egitea da, eta emaitzak bere alde
izango dira ebaluazio onena egiten badu eta horri aurre
.egiten badio

Jauna, bete bedi nire izatea zure bizitasunaz, bete bedi
nire bihotza zure presentzia eroso eta errukitsuaz, bete bedi
nire adimena zure jakinduriaz eta bete bedi nire arima zure
.jainkozko kontzientziaz

Zuen bihotzen lurzoruan, maitasunaren haziak hazten
dira. Ureztatu hazi horiek maitasun unibertsalaren eta erruki
.unibertsalaren urarekin

Adimenaren boterea mugagabea da eta, beraz, edozein
gairi buruz nahikoa sakon pentsatzen baduzu, gai horrekin
.lotutako edozein galderaren erantzuna lortuko duzu
Pertsona batek bere lan eta jarduera guztiak besteak
zerbitzatzeko eskaintzen baditu eta gogo-jarrera asebate
batekin burutzen baditu, orduan benetan merezi du kontuan
.hartzea eta esker ona

Ez genuke aldebakarrekoa izan behar. Aitzitik, gure
jarduerak orekatu eta gure lana eta betebeharrak lehenetsi
.behar ditugu, bakoitzaren garrantziaren arabera

Betebeharra pertsona batek pozik egiten duen ekintza
da, eta ez irabazi materialaren bila, eta betebehar espiritual
.eta morala lehenetsi behar dira bizitzan

Gizaki orok ustiatu gabeko potentziala du Beharrezko
indar guztiak ditu Adimena bera botere gorena da, eta
ohitura eta kontzeptu zaharkitu eta mugatzaileetatik askatu
.behar da

Planeta eta izarren eragina gizakien bizitzan planeten
eta giza gorputzen arteko erakarpen eta aldarapen indarren
.ondorioz gertatzen da

Pentsamendu gaiztoek pertsona bat ingurune kaltegarri
batera eramaten dute, non bere nahien arabera adierazi
dezaketen. Hala ere, pertsona batek bere pentsamenduak
eta kontzientzia alda ditzake borondatearen bidez, eta
ondorioz, baita bere ingurunea ere. Pertsona bat ingurune

kaltegarri batean denbora luzez badago, ingurune horrek inkontzienteki eragiten hasten zaio. Denborarekin, ingurune osasuntsu eta osoa aukeratzeko askatasuna erabat galtzen du eta ingurune kaltegarri horren eragin negatiboen menpe geratzen da. Borondate handia dutenak, berriz, Jainkoarekin .harmonian daude

Energia mental kontzentratua

Eguzki-argia lupa baten bidez puntu txiki batera fokatzen duzunean, beroa sortzen du, eta bero horrek egurra, ehuna, papera eta gehiago piztu ditzake. Era berean, zure burua zehatz-mehatz fokatzen duzunean, bere energia kontzentratuak porrot bakoitzaren atzean dauden zalantza-sustraiak erre ditzake eta jakinduriaren argia distiratsuki .distira egiten utzi

Adimena Jainkoarekin lerrokatzen denean, ontasun guztien iturria eta bedeinkatutako botere guztiaren jatorria denarekin, jainkozko presentziaz jabetzen da eta arrakastaren elementu guztiak bereganatzen ditu. Elementu hauek Jainkoaren botere izugarriarekin lotuta daude, edozein .arlotan arrakastarako aukera berriak sortzeko gai dena Arazoak eta zailtasunak pertsona batek bere iraganeko ekintzen kontzientzia eza sortzen dira, une eta leku jakin batean egindakoak. Beren egungo sufrimendua esandako pentsamendu eta ekintzetatik dator, zeinak bere kontzientziaren lurzoruan sustrai hartu baitzituen, landare bihurtu eta pentsamendu eta ekintza horien ezaugarriak .islatzen dituzten fruituak emanaz

Zailtasunak eta atsekabeak ez dira pertsona bat hausteko edo haren borondatea paralizatzeko etortzen, baizik eta Jainkoaren handitasuna estimatzera eta haren legeak errespetatzera, eta horien bidez benetako zoriontasuna lor dezakete. Jainkoak ez ditu proba gogor

hauek bidaltzen, batez ere gizakiak egindakoak direlako.
Gizateriak behar duen guztia bere kontzientzia
axolagabekeriaren lozorrotik esnatzea eta ezjakintasunaren
.iluntasunetik ezagutzaren argira ateratzea da
Gehienetan, gure zentzumenek plazer laburrak agintzen
dizkigute, baina azkenean mina eta sufrimendu luzeak
ekartzen dizkigute. Benetako bertuteak eta zoriontasunak,
ordea, gutxi agintzen dute, baina azkenean poz garbi eta
iraunkorra ematen digute. Horregatik uste dut barneko
zoriontasun iraunkorra benetako poztzat, eta aldi baterako
.plazer sentsualak gozamen hutsak direla

Eguzkia espaziotik milioika kilometrora begiratzen
duzunean, izar erraldoi hori gure Lurra baino askoz txikiagoa
.dirudi

Hala ere, Lurraren diametroa gutxi gorabehera 7.900
miliakoa da, eta Eguzkiaren diametroa, berriz, Lurrarena
baino ehun aldiz handiagoa da. Gure Lurra planeta
Eguzkiaren aurrean jarri ahal izango bagenu, puntu txiki bat
.bezala agertuko litzateke Eguzkiarekin alderatuta
Demagun eguzki-eremu ahaltsua hedatzen eta
zabaltzen ari dela, bere masa izugarriak zeru urdin osoa
irentsi arte. Ikusten dugun zerua unibertso infinitua
zeharkatzen duen espazioaren zati txiki bat besterik ez da,
.puntu txiki bat, hain zuzen ere
Eguzkiak espazioan hedatzen eta mugagabe luzatzen
jarraituko balu ere, ezingo luke infinitua hartu
Txikitasunaren eta finitudearen ilusio kosmikoak
adimena mugatzen eta eragozten du kosmos zabaltasun hori
.hautematea
Nondik dator hutsune absolutu hori, eta non daude bere
?mugak

Dimentsio edo neurrien menpe ez dagoena, mugarik
edo jatorririk ez duena, Jainkoa da, nonahi dagoena eta
espazioaren mutur urrunenetan existitzen dena. Urruneko
izar urrunetan dago. Zure baitan eta nire baitan dagoen
bezala, kontzienteki da hartzen duen espazio oroz, txikia edo
.handia izan arren

Iragana ezezaguna da gizateriaren gehiengoarentzat,
pertsona argitu gutxi batzuk izan ezik. Hala ere, iraganari
buruzko gure ezjakintasuna ere gure alde da. Izan ere,
bizitza honetan eta aurreko bizitzetan egin dugun guztia
jakingo bagenu, gure ekintzen bolumen izugarriak gainezka
egingo gintuzke eta guztiz nahasita geratuko ginateke. Gure
borondatea ere paralizatu egin liteke kolpearen ondorioz,
gure helburuekin jarraitzeko gai ez bihurtuz eta etsipenaren
biktima utziz. Lurreko bizitza honetan ere, ahanztura
Jainkoaren bedeinkapena da, gure pentsamenduak eta
sentimenduak iraganeko oroitzapenek, batez ere mingots
eta mingarriek, kontsumitzea eragozten duena. Zorionez,
gure baitako txinparta jainkotiarrek etengabe distiratzten du
itxaropenarekin eta bizitzaren etengabeko bidaia jarraitzeko
nahiarekin. Jainkoari eskerrak eman behar dizkiogu bi
bedeinkapen hauengatik: iragana ahazteko gaitasuna eta
.etorkizunerako itxaropena

Ez genuke ondorioztatu behar patuak oztopoak jartzen
dizkionik borondate askearen bidean. Hala ere, ahal dugun
guztia egin behar dugu jende gehienak patuari eta patuari
egozten dizkion eragin negatiboek aurre egiteko, eta gure
aukera askatasuna gure barne-sinesmenen arabera erabili,
baldin eta uste horiek fede sendoan oinarrituta badaude eta
jainkozko legeetan oinarrituta badaude, eta horiek gabe
.pertsona batek ezin du benetako zoriontasuna dastatu

Ekintza bati ekiten diogunean, ez gaituzte
zirkunstantzien beldur izan behar, baizik eta baikor izan
behar gara neurri gorenean, borondatea eta aukeratzeko
askatasuna erabiltzearen bidean ezerk ez duela oztopo
.izango fede osoz

Gizakiak ibaiaren gainazalean flotatzen ari den hosto
baten antzekoak dira askotan, eta ilusio eta suntsipen ur-
jauzietara eramaten dituen ohitura automatikoen korrontetik
atera behar dute beren burua. Jende gehienak axolagabe
.dirudi eta korronteak eramaten uzten dio bere buruari

Gure helburua lortzen ez badugu, onargarria da
inplizituki onartzea guk sortutako oztopoak egon direla, eta
horiek lortzea eragotzi digutela. Iraun egin eta ahaleginak
bikoiztu behar ditugu nahi dugun emaitza lortzeko. Ziurtatu
behar dugu, halaber, oztopoak eta erronkak
zenbaterainokoak eta ikaragarriak izan arren, gainditzeko
indarra dugula. Saiakera guztiak egin arren huts egiten
badugu ere, ez dago etsipen edo frustraziorik, baldin eta
ulertzen badugu gizakiaren borondatea patua baino
indartsuagoa dela, eta hori gurea da. Beraz, ez diogu
saiatzeari utzi behar, zenbat aldiz huts egiten dugun kontuan
hartu gabe, beti baitaude ateak irekita. Ahalegindu eta
saiakera errepikatu besterik ez dugu egin behar, arrakasta
lortu arte. Jainkoak lagunduko digu, betiere harengan
konfiantza dugun eta beharrezko ahalegina egiten dugun
bitartean. [Bidetik doana helmugara iritsiko da, eta
.Jainkoarengan konfiantza duena ez da etsita geratuko]

Pertsona batek zerbait biziki eta etengabe desiratzen duenean, desio horrek ez du inoiz bere kontzientziatik alde egiten, noranahi joan eta bere kezkak edozein direla ere. Bere jarduera etengabe eta nekaezinari esker, desio horrek determinazio eta energia izugarria du. Barne-xuxurla hau ezpainak mugitzen dituen erregu mekanikoa baino indartsuagoa eta eraginkorragoa da. Horrela jokatzeko dute Jainkoa maite dutenak. Harekiko maitasuna etengabe xuxurlatzen dute, bihotzeko xuxurlak entzunezinak izanik eguneroko jardueretan zehar. Bihotz-xuxurla honek ez ditu distraitzen edo beste betebeharrekin gatazkan jartzen. Jainkoarenganako desioa hazten den heinean, Harekiko maitasuna sakondu eta areagotu egiten da, harik eta haren presentzia bizi eta arimaren begiarekin haren argia ikusi arte. Poztasun izugarria dastatzen dute eta deskribaezina .den bakea sentitzen dute

Jainkoak bizitzan behar ditugun lezioak bidaltzen dizkigu, horietatik etekina atera eta ulermena eta esperientzia lor ditzagun. Lezio horiek saihesten dituen edonork ikastera behartuta egongo da, zenbat denbora .behar izan arren

Proba oro lagun bat da bertatik ikasten badugu, eta despota tirano bat aukera alferrik galtzen badugu eta gaizki erabiltzen badugu marmarrez, haserrearekin eta epaiketa .txarrez

Bizitzarekiko ulermen sendoa eta jarrera egokia .dugunean, ederra eta konplikaziorik gabekoa bihurtzen da

kasu psikologikoak

Pertsona batek ezin du betiko poz-uhinen gainean eramanda, atsekabearen ur nahasietan murgilduta edo asperduraren sakonean itota egon. Dualtasun gatazkatsuen mundu honetan, pertsona arrunta gorabehera askoren menpe dago: zoriontasun-uhinetan igotzen, apatiaren amildegian hondoratzen eta tristura-uhin bortitzek astintzen .dute, eta gutxitan bizi du beste kontzientzia-egoerarik

Zirkunstantziek norberaren pentsamenduak horrela mugitzea uzteak norberaren borondatea patu kapritxoso eta etengabe aldakor bati uztea esan nahi du. Pertsona batek bizitza arrakastatsu eta betegarria bizitzeko behar duena oreka mentala da, eta hori pentsamendu fokatuaren eta norberaren gaitasun emozionalak kontrolatzearen bidez .bakarrik lor daiteke

Atsekabe sakonenak ere denborarekin sendatzen dira, beraz, ez du zentzurik gure bizitzako egunero doluan murgiltzeak. Maite dugun norbaiten galera etengabe doluak ez digu ez laguntzen ez haiei ez guri, eta ez du ezer aldatzen. Era berean, gutxiagotasun konplexua lantzea edo norbera zigortzea iraganeko akats edo porrotengatik kontraproduktiboa da; bizitza tamalgarriagoa egiten du eta .gaitasun mentalak itotzen ditu

Ez dugu errutina aspergarriaren zuloan erortzen utzi behar, egoera psikologiko hori ez baita batere erosoia,

adimena asaldatzen baitu eta gaitasun ezkutuak apatiaren
.labea erretzen baititu

Porrota sustraiaetik desagerrarazi behar da, eta
bizitzako soroak arduraz eta erabakitasunez goldatu eta
ontasunaren haziak erein behar dira, uzta oparoa jasotzeko,
.Jainkoaren laguntzarekin
Egin inork lehenago egin ez duen zerbait — mundua
harrituko duen zerbait. Erakutsi Jainkoaren sormen-
.ahalmena zure bidez lanean ari dela

Temperamentu lasai eta noblea duten pertsonak gure
pentsamenduak magnetikoak eta osasuntsuak bihurtzen
laguntzen dute. Ez da zaila zehaztea pertsona batek bere
elkadura intelektuala ingurune baketsu edo nahasgarri
batetik hartzen duen. Antsietatea, larritasuna eta
nahasmena pertsona mota okerrak, lagunak edo senideak
izan, elkartzetik sortzen dira, pensamendu antsietatetsuak
.eta umore nahasia eragiten dituztenak

Gorputzak energia eta jarduera elikagai fisikoetatik
lortzen ditu, eta elikagai magnetikoek, berriz, gorputzari eta
adimenari errazago digeritzen diren energia-kargak ematen
dizkiote, energia bizidun bihur ezin daitezkeen elikagai solido
.eta likidoek baino

Ezjakintasuna jakinduria, ahultasuna eta hauskortasuna
osasun eta bizitasun bihurtzeko gai zarenean, eta bizitzako
bideetan konfiantzaz eta ausardiaz ibiltzen zarenean —
bakarrik ere—, eta barne-poza aurkitzen duzunean
kontzientzia bizi eta erne bat edukitzean, eta Jainkoaren

justizian eta zuzenaren eta okerraren gaineko garaipenean
fede sendoa izatean, eta egunero zure pentsamenduak
maila altuago eta finduagoetara igotzen saiatzen zarenean,
eta bihotz maitekor eta esker onekoa eta besteekiko asmo
onak dituzunean, zure elikadura intelektuala magnetiko
bihurtuko da, eta zuregana erakarriko duzu eder eta
onuragarri den guztia —gauzak, pertsonak eta
zirkunstantziak—, segurtasunaren eta babesaren
kostalderantz zure bidaia jarraitzeko ezinbestekoak direnak.
Eta azkenik, behar duzuna lortzeko ahalegina egiten
duzunean eta Jainkoak ematen dizunarekin pozik zaudenean,
espirituz aberatsagoa izango zara eta asebateagoa izango
zara munduko desioek kontsumitzen dituztenak eta haien
.plazer iragankorren irrika dutenak baino

Errukia da arima guztiak beste arimekin lotzen dituen
.zubia. Errukia da bihotz guztietarako atea

Pertsona batek Jainkoa bilatzen duenean, beste guztien
gainetik benetako lagun bakarra baita, benetako
adiskidetasuna ezartzea posible da giza harreman guztietan:
familiar, anaiartean, ezkontzan eta espiritualean.
Adiskidetasuna ezinbesteko elementua da ezkontza
harremanetan, eta hurbiltasun intelektuala eta emozionala,
erakarpen espiritualaren sentimendua eta benetako
maitasuna izan behar dira lehentasuna. Benetako
maitasunaren eta erakarpen fisikoaren arteko bereizketarik
.egiten ez dutenak behin eta berriz etsita geratzen dira

Ezkontza ideal altuetan eta elkarrekiko errespetuan
oinarritzen denean, bi arima maitekor eta lankidetzan
aritzen diren arteko batasun zoriontsu eta arrakastatsua
bihurtzen da, elkarren bizitzako zamak arintzen dituztenak

eta elkarrekiko enpatia eta ulermen atseginarekin
.bizitzearen kezkak uxatzen dituztenak

Inork ezin nau kontrolatu edo nire borondatea kendu,
besteen pentsamendu eta ekintzek nigan eragina izatea
.baimentzen ez badut behintzat
Zure pentsamendua materiara mugatzen baduzu, dena
ikuspegi material batetik ikusiko duzu. Baina zure
kontzientzia kontzientzia espiritualaren egoerara igotzen
duzunean, Jainkoaren argiaren korrante orokorra materia
guztiaaren gainetik isurtzen ikusiko duzu, eta dena ikuspegi
.espiritual batetik ikusiko duzu

Jauna, konturatzen naiz aukera amaigabea dudala nire
gaitasunak arakatzeko eta nire potentzial espiritual
ezagutzeko. Gaur nire pentsamenduak baikortasunez beteko
ditut eta esperientzia desatseginetatik urrunduko naiz. Nire
gorputza, adimena eta espiritua modu orekatu eta
.harmoniatsuan elikatuko dituen praktikatuko dut

Eranskin materialak asmo handiagoekin ordezkatzeko
ditut
Eta konturatuko naiz espiritu leiala beti nirekin dagoela

Bizitzaren eta heriotzaren dantza beti dago presente,
baina nire identitate espiritual salbatuz askatuko naiz
betiko. Eta proben eta atsekabeen ekaitzei aurre egiten
diedanean, nire ontzi espiritualean bizitzaren itsasoan zehar
.nabigatuko dut, kostalde seguru eta jainkotiarretara

Lan egiten eta sortzen dudanean, gogoratuko dut
Jainkoa nire bidez ari dela lanean. Unibertsoaren Jauna da,
eta Harekin konekta naiteke haren hausnarketa sakonaren
.bidez

Ene Jainko maitea, badakit nire pentsamenduek porrota
edo arrakasta ekarriko didatela, nire bizitzan zein ideia den
indartsuenaren arabera. Eta saiatuko naiz gogoratzen Zure
laguntza-eskua luzatzen ari zarela eta nire arrakastarako
.bidea prestatzen ari zarela

Hondamendiak eta zorigaitzak gertatzen zaizkidanean,
nire indarra bilduko dut eta horiek gainditzeko nire erabakia
sendotuko dut. Zintzoa eta zintzoa izango naiz guztiekin
dudan harremanetan, eta maitasun eta desio onen
pentsamenduak zabalduko ditut. Orduan, Jainkoak bere
.botere eta jakinduriarekin lagunduko dit

Gaixotasun espiritualak eta haien tratamendua
Paramhansa Yogananda maisua

Saiatu desproporzionatuak eta harmoniarik gabeko giza
:irudien talde bat imajinatzen
Txitxirio baten tamainako buru txikia eta gamelu baten
!tamainako gorputz handia dituen
Beste batek Sanson edo Herkulesen eskua bezalako
esku indartsua eta nano baten gorputza bezalako gorputza
!ditu
Eta hirugarren batek elefante erraldoi baten burua eta
!sagu argal baten gorputza ditu
Ez al litzateke eszena hori harrigarria eta harrigarria
izango zuretzat, edo tristea eta damugarria, bat-batean

osaera arraro eta desadosa duten izaki horien multzo bat
?ikusiko bazenu

Orain imajinatu beste pertsona talde bat, itxuraz eta
formaz normalak direnak, baina mentalki desorekatuak eta
.psikologikoki desitxuratuak daudenak

Arropak zauriak, zauriak eta bestelako deformazio

fisikoak ezkututzen dituen bezala, gorputz sendo eta
osasuntsu batek eta aurpegi eder eta distiratsu batek ere
buruko gaixotasun larri eta jaiotzetiko akats asko ezkututzen
.dituzte

Itxura dotoreagatik eta osasun onagatik nabarmentzen
diren pertsona arrunten jendetza handi batekin topo egingo
bazenu, eta haien gorputz mentalak zure ikuspegi
espiritualarekin zeharkatzeko gai izango bazina, harrigarria
izango litzateke sorpresa, eta agian tristura sakon batek
.hartuko zintuzke aurkituko zenukeenarekin

:Haien gorputz mentalak honela beha ditzakezu

Buruak adimena irudikatzen du, gorputzak zentzumenak
eta sentimenduak, eta eskuek eta oinek borondatea, guztiak
.anormalak, gaixoak eta deformatuak direnak

Batzuek buru txikia dutela ikusiko duzu, jakinduria

garatu gabea, gorputz flaku baten gainean muntatuta,
.anbizio berekoi eta desira sentsualez puztuta

Ikusiko duzu, halaber, pertsona batzuek sentimendurik
eta bizitasunik gabeko gorputza dutela, nahiz eta beso oso
.garatu eta funtzionala izan

Beste batzuek garun handi eta sortzailea izan dezakete,

baina haien enpatia eta gaitasun emozionala mugatuta eta
atrofiatuta daude. Eta badago beste pertsona kategoria bat,

konstituzio fisiko eta mental normala duena, baina
borondate-indarra eta autokontrola ahula edo paralizatua
.duena

Eta behaketen zerrenda luzatzen da, eta luzaroan bizi

!zaitezela opa dizuet

Gizakietan, alderdi batzuetan gutxi garatuta eta beste batzuetan gehiegi garatuta dauden gorputz mentalen distortsio psikologiko ugari daude, ezkutuan bada ere. Mina psikologikoa eragiten diete eta beren talentuak eta gaitasunak erakutsi behar diren bezala erakustea eragozten .diete

Hemen zenbait gaixotasun psikologiko jorratzeak giza arazo guztien azpian dauden kausak identifikatzen lagun dezake, gutxienez arazo horiek jasaten dituzten guztiek ezagutu ditzaten, inkontzienteki bada ere, akats horien izaera, haien sintomak eta psikean duten isilpeko sartzeari ulertzen, bakearen eta zoriontasunaren suntsipen .arrastakaria uxatu ahal izan dezaten malenkonia espirituala

Gaixotasun hau oso hedatuta dago adimenez eta fisikoki inaktibo daudenen artean, gai espiritualetan sakon murgilduta daudelako aitzakiarekin. Kaltetutako pertsona hauek bizitza materialaren betebeharrak nagusiak eta txikiak alde batera uzten dituzte Jainkoa zerbitzatzeko aitzakiarekin, eta horrela Satanasen esku uzten dute beren burua, eta honek kalte larriak eragin diezazkieke. Pesimismoa eta inguruko edozer gauza onuragarri edo ederrekiko estimu falta pairatzen dituzte. Gaixotasun kutsakorra da hau, eta asmo espiritualak dituzten guztiek kontuz ibili behar dute eta askatu egin behar dute beren bizitasuna etengabe bizirik mantenduz eta immunitatea sendo mantenduz, pentsamendu positiboaren, ikuspegi baikorraren eta lan .osasuntsu eta emankorraren bidez indigestio espirituala

Hau ausazko (irenste) ondorioz gertatzen da, hau da, izen distiratsuekin erregistratutako eta xarlataneriaren eta sorginkeriaren artean esperientzia duten "mediku spiritualek" liburu eta ikasgai espiritual faltsuen moduan aurkeztutako prestatutako psikodrogen kantitate handiak .azkar irenstearen ondorioz

Gaixotasun honek ez du egia jakiteko gose espiritual
hiltzen bakarrik, baita ona eta txarra, onuragarria eta
.kaltegarria bereizteko gaitasuna ere suntsitzen du
Ideia teologikoak etengabe irensten dituenak eta
eskuetara erortzen zaion guztiaz elikatzen denak ez du
gehiegi jango bakarrik, baizik eta ideia pozoitsuak eta
erabilgarriak ere kontsumituko ditu, indigestio intelektual
.eta, beraz, heriotza espiritual motela ekarri

Hainbat ideia espiritual eta filosofiko gehiegi eta
etengabe aztertzeak, haien baliozkotasuna ziurtatzeko
norberaren esperientziaren bidez digeritu eta aztertzeko
ahaleginik edo bereizketarik egin gabe, azkenean zalantza,
apatia eta mesfidantza sortzen ditu printzipio eta lege
.espiritual guztietan

.Pasioa eta obsesioa

Gaixotasun honek jota daudenek bizitza alferrik galdu
eta zentzurik gabea bizi dute, diru eta denbora gehiegi
dutelako, eta helbururik eta bizitzaren ulermen egokirik ez
.dutelako

Pertsona hauek beren desioek bultzatzen dituzte;
bururatzen zaien eta atsegin ematen dien guztia egiten
dute. Beren bizitzak eleberri merkeak eta hutsalak, film
sentsazionalak eta entretenimendu azaleko eta
zentzugabeak betetzen dituzte. Ez dira konturatzen
gaixotasun arriskutsu honek jota daudela shock larri bat edo
.nerbio-krisi bat izan arte, hau da, kaltea egin ondoren
buruko hotza

Egoera honek beste izen bat du: etsipena. Pertsonak ez
daki inoiz noiz joko duen eta bere sintoma gogaikarriak
jasango dituen, hala nola etsipena, intolerantzia, antsietatea
eta pazientziarik eza. Are okerrago, askotan luzea izaten da,
eta biktimek erraz errepikatzen dute, nahiz eta azkar
.sendatu direla uste izan
Katarro psikologikoa

Gaixotasun hau munduko kezka kronikoetan
murgiltzeak eragiten du. Gaixotasun hori jasaten dutenek
normalean beren borondatearen arma erabiltzeari uzten
diote eta, beraz, pasiboki eta otzantasunez men egiten diete
beren etengabeko beldurrei, ausardiaz aurre egin eta
.hautzaroan ezabatu beharrean

atxikimendu psikologiko anormala

Gaixotasun honen biktimek zoriontasunaren bilaketan

aldebakarreko bihurtzen dira. Zoriontasuna aberastasuna
metatzean, ospea lortzean edo osasuna edo boterea
edukitzean datzala sinetsita, dena sakrifikatzen dute:
osasuna, ospe ona, lasaitasuna, ohorea eta duintasuna,
beren anbizio sutsuaren aldarean. Beranduegi konturatzen
dira bizitza orekatu batek, naturaren legeak eta Jainkoaren
aginduak errespetatzen dituenak, eta jarduera
lasaitasunarekin harmonizatzen duenak, bakarrik ekar
dezakeela benetako zoriontasuna eta bizitza noble baten
.helburua bete dezakeela

Osasungaitzak diren atxikimendu-nahasmenduak

jasaten dituztenak irrika neurrigabearen pentsamenduek
irensten dituzte, eta horrek bizitzaren ikuspegi distortsionatu
eta okertua izatera eramaten du. Adibidez, negozio-gizon
batek arrakasta handia lortu eta fortuna bat bildu zuen,
baina bere aberastasunaz gozatu aurretik, nerbio-krisi bat
izan zuen kezka eta beldur izugarriengatik, eta bihotz-
.hautsirik hil zen

Beste batzuek uste dute dena dela zilegi helburua

lortzeko. Nahasmen horren ondorioz, benetako helburua
galtzen dute eta ez dute gogobetetasun txikiena ere lortzeko
aukerarik, nahiz eta irrikatu dituzten gauzak izan, giza izaera
zabala eta alderdi anitzekoa baita eta garapen orekatua
.behar baitu maila guztietan

Itsuki atxikimendu espirituala

Sinesmen jakin batzuei buruzko fanatismo oker hau iritzi

eta ideia zehatzei zalantzan jarri edo aztertu gabe atxikitzetik dator, eta horrela gaixotasun honek jotakoengan haserrea eta etsaitasuna sortzen ditu edozein ideia espiritual sendo edo pentsamendu ireki eta askatuarekiko. Isolamendu honek Jainkoaren legeen aurkako matxinada dakar, eta lege horiek eraginkortasun intelektualean, ongizate materialean, osasun mentalean eta fisikoan, eta jatorri guztietako pertsonenganako maitasunean eta errespetuan agertzen .dira

Printzipio espiritualak txertatzea

Gaixotasun fisikoak ukigarriak, mingarriak eta desatseginak direnez, aktiboki haiei aurre egitera bultzatzen gaituzte, hainbat metodo terapeutikoren bidez gaintitzen saiatzera eramanez, ariketa fisikotik eta elikadura osasuntsutik hasi eta botika eta sendagai desberdinetaraino.

Hala ere, gaixotasun psikologikoak, gizakiaren min eta beldur guztien erroa izan arren, ez dira behar bezain premiaz prebenitzen edo tratatzen, eta gure bizitzetan hondamena .eta suntsipena eragiten uzten zaie

Hezitzaileek, gorputz-hezkuntzako irakasleek, predikatzaileek, erreformatzaileek, medikuek eta legegileek aurrerapena bultzatu ahal izango dute lehenik ikasten dutenean, beren buruarekin hasita, eta gero besteei irakasten dietenean giza izaera modu orekatu eta harmoniatsuan lantzeko modu zuzenak, bizitzaren legeekin eta existentzia osasuntsu baten printzipioekin bat etorriz.

Hau da mundu osoko jendeak behar duen hezkuntza .benetan eraginkorra eta giza kultura integrala Hezkuntza-erakundeek ezinezkotzat jotzen dute oinarri

espiritualak eskola publikoetan irakastea, printzipio horien eta hainbat doktrina erlijiosoren arteko nahasmenagatik.

Hala ere, erakunde horiek bakearen, maitasunaren, zerbitzuaren, fedearen, adimen irekiaren eta besteen onarpenaren printzipio unibertsaletan zentratuko balira —

hauek konstante espiritual sendoak baitira— eta printzipio horiek haurren gogo eta arimen lur emankorrean txertatzeko metodo praktikoak garatzeko balituzte, ustezko eta irudikatutako zailtasun honi irtenbide arrazoizko eta onargarri bat aurki liteke. Akats larria da gai hau alde batera uztea, harekin lotutako itxurazko zailtasunengatik soilik Unibertsitateko lizentziadun gehienak unibertsitatetik ateratzen dira burua hain astun eta puztuta liburu- edukiagatik, ezen ia ezin baitira bizitzako bideak zeharkatu, beren borondatea eta autokontrola ia paralizatuta baitaude utzikeriak eta erabilera ezak. Horregatik, arduragabetasunez eta okerrera egiten ikusten dituzu, ezkontza desberdinen amildegira erortzen, beren sexualitatea gaizki erabiltzen, diruaren atzetik eta beren karreretan huts egiten, akademikoki zorrotz tutako adimenaren labana zorrotza behar bezala erabiltzen ikasi ez dutelako. Ondorioz, beren burua .mozten dute eta kalte egiten diote beren buruari Bitxia bada ere, gazte askok gustuko dute azkenean kaltea eta mina ekartzen dizkieten jardueretan parte hartzea. Batzuek lapurreta eta bestelako gaiztakerietara jotzen dute, baita ekintza kriminalak ere, inolako mugarik edo disuasiorik gabe. Gizartean bizioak zabaltzea eragozten ez dutenek batzuen jokabide okerrak sustatzen dituzte. Kontzientzia eta benetako fedea duen pertsona orok adibide ona izan beharko luke besteentzat osotasunari, zintzotasunari, duintasunari eta autoestimuari dagokionez. Eskola, institutu, unibertsitate eta gizarte-erakundeek ez dute metodo zientifiko nahikorik eskaintzen delitua murrizteko, haren erroko kausak jorratuz, eta hauek batez .ere buruan aurkitzen dira Bizitza zoriontsu eta arrakastatsu baten artea irakasteko, norberaren potentziala garatzeko eta norberaren gaitasunak hobetzeko eskola bereziak ere sortu beharko .lirateke

Eskola horiek lorategi eta parkeen antzekoak izango
dira, non gazteen adimenak hazten eta loratzen diren.

Hezitzaileak arretaz hautatu behar dira eta gurasoen eta
komunitatearen lankidetzaz izango dutela ziurtatu behar da.

Eskola hauek pertsonak modu eraginkorragoan eratzten
lagunduko dute. Kontuan izan behar da pertsona baten
hasierako etapetan elikadura espiritualak zehazten duela
.haren osasuna eta geroago hazteko gaitasuna

Gaur egungo eskoletan erabiltzen diren prestakuntza
mental eta fisikoaren metodoak onuragarriak dira zalantzarik
gabe, baina oinarri espiritualik ez dute. Izaera
bertutetsuaren garapenik gabe, hazkundera osatu gabea
.izango da

Garapen fisiko, mental eta espiritualaren zientziak
gazteei irakatsi behar zaizkie, oraindik adimen samurra eta
malgua dutenei eta oraindik botereak modu jakin batzuetan
.bideratu ez dituztenei

Prestakuntza integrala egin ondoren, eskola horietako
ikasleek etengabeko azterketa hausnarkorrak egin beharko
dituzte, eta lortutako ziurtagiriak osasun ona, ospe ona,
eraginkortasuna, aberastasun materiala eta espiritual,
.zoriontasuna, arrakasta eta autokonfiantza izango dira
Lurreko bidaia honen amaieran egingo den azken
azterketaren emaitzak bizitzan zehar azpi-azterketetan
lortutako lorpen eta ziurtagiri mental eta espiritualen batura
.orokorraren arabera zehaztuko dira

Azken proba handi honetan bikain egiten dutenek
autosufizientziaren ziurtagiri sakratua eta kontzientzia libre,
.garbi eta alaia jasoko dute

Eta arimaren orrialdean betiko idatzitako bedeinkapenak

Sari arraro hau ez da sitsek ukituko

Eta lapurren eskuek ez dute iritsiko

Edo denborak ezabatuko du

.Pasaporte gisa balioko du

Zuzen Taldeko ohorezko kide izateagatik

Non dago zoriontasuna?

Jainkoak, bere erruki absolutuan, bere poza eta inspirazioa ematen dizkigu

Eta benetako bizitza ematen digu

Benetako jakinduria

Eta benetako zoriontasuna

Benetako ulermena gure bizitzako esperientzia anitzen bidez dator

Baina Jainkoaren aintza arimak bizi duen bake espiritualean eta adimenak Harekin harmonizatzeko egiten duen ahalegin sutzuan bakarrik agertzen da. Han, egiaren aurrean gaude aurrez aurre. Kanpoan, ilusioak izugarri indartsuak dira, eta oso gutxik ihes egin diezaiokeite kanpoko ingurunearen eraginari. Munduak bere konplexutasun amaigabeekin eta proba kontaezinekin jarraitzen du. Jainkoaren ahotsa bizitzaren itxuren atzean dago, etengabe dei egiten digu eta loreetatik, idatzietatik, gure kontzientzietatik eta bizitza bizitzeko modukoa egiten duten gauza eder guztien bidez hitz egiten digu.

Zenbat eta gehiago jarri arreta kanpoko gauzetan, orduan eta gutxiago bizi dezakegu barne-aintza; eta zenbat eta gehiago begiratu barrura, orduan eta kanpoko zailtasun gutxiago izango ditugu aurrean. Ekuazio konstante bat da. Baina jende gehienak ez du egia hau konturatzen munduko laguntasunaren, bizi diren gizartearen eta ohitura osasungaitzen eraginagatik. Gizarteak pertsona gainazaleko gaietan murgilduta eta kezkatuta mantentzen du, egia sakonagoak hausnartzea eragotziz.

Leku espiritualak ere bisitatzen dituzte batzuek, haien giro bedeinkatuaz baliatzeko benetako gogorik

gabe, beraz, ez dute ezer aipagarrik lortzen bisita horietatik.

Jainkoa ikusi nahi duenak nonahi aurkituko du Giza ohiturak suntsitzaileak, harrapariak eta gosetiak dira; suntsitzen, hondatzen eta deuseztatzen dute Gizateriak duenarekin zoriontsu eta pozik izaten ikasteko garaia da Ez dugu ezer gehiago desiratu behar guregana iristen dena baino Jainkoa eskuzabala da; badaki zer behar dugun eta garaiz ematen digu Horrek ez du esan nahi Jainkoarengan konfiantza izan behar dugunik ahaleginik egin gabe Batere ez Horrek esan nahi du gure ahalmen guztia egin behar dugula eta gainerakoa Jainkoaren esku utzi behar dugula, hark ez digula inoiz behar eta merezi duguna kenduko

Betiko zoriontsu izateko modurik onena Jainkoaren presentzia sentitzea da. Gure desiorik handiena Jainkoa ezagutzea eta Harekin egoteko erabakia hartzea izan beharko litzateke. Jainkoa izan behar da gure pentsamendu eta sentimenduen lehentasun nagusia, eta gure bizitzako zutabe sendoena eta finkatuena dela kontsideratu behar dugu.

(Beraz, eutsi gogor Jainkoaren sokari, babesa bilatuz Harengan)

Beste zutabe guztiek huts egiten badizute, bera baita zutabea.

Konturatu naiz bizitzaren helburu bakarra Jainkoa ezagutzea dela. Badira Jainkoa aurkitzea bizitzaren azken helburua dela konbentzitura ez daudenak. Baina inork ezin du ukatu bizitzaren helburua zoriontasuna aurkitzea dela. Eta konfiantza eta ziurtasun osoz diot Jainkoa zoriontasun gorena dela. Zoriontasun gorena da. Maitasun absolutua eta unibertsala da. Harekin harmonian daudenen arimak inoiz uzten ez dituen betiko poza da. Beraz, zergatik

ez gara ahalegintzen zoriontasun perfektu hori lortzen? Inork ezin digu eman. Etengabe landu eta zaindu behar dugu geure baitan. Naturaren indarrek nekaezin saiatzen dira jendeari munduko plazerrak emateko, baina plazer labur horiek, azkenean, damua, samina eta atsekabea eragiten dute. Dena duela dirudien pertsonarik zoriontsuena ere, agian ez da benetan zoriontsu izango. Ez dira luzaroan pozik egongo lurreko gauzekin, gauza horiek ez baitute beren benetako egarria asetzen edo beren gose espiritualak asetzen.

Jabetza materialek bake faltsu eta aldi baterako gogobetetze sententzioa baino ez dute eskaintzen. Mundua, oro har, nahasmenean eta kaosean murgilduta dago, gerra sortzen duten desio bereko eta zikoitzek bultzatuta. Beste ezerk ez du gerra sortzen.

Bizitzaren borrokan benetako heroia bere burua konkistatzea eta bere desirak gainditzea da. Dirua, ospea, lizunkeria eta printzipio honen aurka doan guztia kaltegarriak dira gure bakearentzat eta zoriontasunerako. Jendeak beti bizitzaren benetako balioetan pentsatzen ikasiko balu, bilatzen duten zoriontasuna aurkituko luke, baina beren helburutik aldentzen dira eta lurreko desioen korranteak eramaten ditu. Ohartu naiz ez dagoela inongo tentaziok niretzat aukeratu eta jarraitu dudana bidetik desbideratu nazakeenik.

Jainkoak eman didan boterearekin milaka pertsona xarma ditzaket, baina bide hori kaltegarria izango litzateke niretzat. Nolanahi ere, ez ditut milaka pertsona xarmatu eta haien gogoak liluratu nahi. Jainkoarengan tinko dauden dizipulu zintzoak ikustea besterik ez dut nahi. Jainkoa maite dutenek ideia hauetaz gozatuko dute, eta grina mantentzen

dutenek Jainkoaren bedeinkapenak eta presentzia sentituko dituzte irakaspen hauen bidez.

Ezinezkoa da pertsona batek Jainkoa engainatzea, beti presente baitago, badakielako zer dagoen haien buruan eta zer desiratzen duten Mundua uko egiten diotenean eta harmonia espiritualala irrikatzen dutenean, Jainkoa etorriko zaie. Desira hori bilatzen duenaren bihotzean errotzen denean, Jainkoa bihotz horretara etortzen da eta ontasunez eta bedeinkapenez betetzen du. Bizitzeko moduko gauza bakarra Jainkoarekin harmonian egotea eta haren faborea lortzea da. Harmonia hori betiko itun bat eta hautsiezina den promesa izan behar da (Jainkoaren ituna betetzen dutenak eta hausten ez dutenak).

Denek nahi dute besteek baino aberastasun gehiago. Eskuratzen dutenean ere, asegabe jarraitzen dute, beste norbait aberatsagoa dela deskubrituz. Jendea auto-eragindako miseria-zulo batean bizi da, bere desioek bultzatuta. Daukagunarekin konformatu behar dugu. Jabetza materialek ez dute zoriontasuna ekartzen; aitzitik, antsietateak, kezkak eta beldurrak areagotzen dituzte askotan.

Jainkoarenganako bidea da biderik errazena eta sinpleena, baina gutxi dira erlijio-erritu eta formalitate ugari izan arren. Hobe da gure bihotzak Jainkoarengana jotzea eta guretzat onena eta iraunkorra dena eskatzea. Egia esan, Jainkoa gure zain dago, gaitzetik eta arriskutik urrun eduki nahi gaituelako. Berarekin nahi gaitu bihotzean eta gogoan, mundu honetako ondasun merkeek ezin baitute gizakiaren irrika ase edo barne-barnean sentitzen dugun hutsune espiritualala bete. Jainkoa beti ari zaigu hitz egiten, baina gutxik entzuten dute bere ahotsa. Ahots lasai hori askotan pentsamendu zaratatsuen eta desio agerikoen zalapartaz itotzen

da. Baina pentsamenduak baretzen direnean eta desioak baretzen direnean, Jainkoaren ahotsa argi entzuten dugu, isila eta ahula izan arren. Egia esan, Jainkoak dena egiten du gizateriari laguntzeko, ateak irekiz eta bideak argituz, nondik pausoa eman behar dugun ikus dezagun, estropezu egin edo irristatu ez gaitezen. Baina jende gehienak ez du egia hau konturatzen.

Ez dut nahi jendeak pentsatzea ezagutza lor dezakeenik besteei entzunez edo liburuak irakurriz soilik. Irakurtzen eta entzuten dutena aplikatu behar dute. Gurtza-lekuetara joatea etxean geratu eta txorakeriak entzutea baino hobea da. Baina gurtza-lekuetan ere, Jainkoaren presentzia sentitu behar da bihotzean eta nola bizi jakin. Eztanda emozionalak eta analisi arrazionalak ezin digute eman gure arimak eskuratu nahi duen ezagutza.

Jainkoari amore ematen diogunean eta desio berekoiei agur esaten diegunean, eta Jainkoa beti gurekin dagoela ziur gaudenean, gure arimetan bizi dela eta pentsamendu eta sentimendu on eta nobleekin inspiratzen gaituela, zoriontasuna eta askatasuna izango ditugu, eta jakinduriaren egunsentia ikusiko dugu arimaren horizontean.

Imajinatu! Hamarkada batzuk barru, gure existentzia bera amets bat izango da, eta orain egiten dugun guztia amets horren parte bihurtuko da. Gizateriaren pertsonaia handienak ere giza kontzientziaren irudi hutsak bihurtuko dira. Baina pertsonaia handi horiek beren azken helburua lortu zuten, maila gorenera iritsi zirelako eta espirituz bizirik jarraitzen dutelako, gertatzen ari den guztiaz guztiz jabetuta eta kontziente, jainkozko kontzientzian batuta baitaude. Haien pentsamenduen eta irakaspenen bidez haiekin harmonizatzen saiatzen

den edonork, ezinbestean, haien presentzia sentituko du, haien bedeinkazioak jasoko ditu eta sakonean jakingo du benetan haiekin batasunean daudela.

Bizitza amets handi bat da. Hala ere, zure gorputza orain begiratzen duzunean eta bizitzaz beteta ikusten duzunean, amets horren errealitateaz guztiz konbentzitzen zara. Zoriontsu izateko gauza hau edo hura eskuratu behar duzula uste duzu. Baina zenbat desio bete arren, ez duzu zoriontasunik aurkituko horien bidez. Zenbat eta gehiago eskuratu, orduan eta gehiago nahi da. Desioak iragazi eta bizitza sinplifikatu behar dira erosotasunean, lasaitasunean eta barne-poztasunean bizi nahi bada.

Eskriturek diote beti barrurantz (arimarantz) desioak dituen pertsona barne-bake handiko pertsona dela. Horretan, itsasoaren antzekoak dira, inoiz aldatzen edo gutxitzen ez dena, etengabe bertara isurtzen den urez beteta geratzen dena. Baina bere bakearen urtegian desio-zuloak sortzen dituen eta ur biziak isurtzen eta alferrik galtzen uzten dituen pertsonak ez daki ezer bake espiritualaz eta barne-zoriontasunaz.

Jainkoa ezagutzen dutenen gidaritza behar dugu, Harekin komunikatzeko eta haren presentzia kontzienteki sentitzeko gaitasuna dutenen gidaritzapean. Profetek eskatu digute Jainkoa barne-bakean bilatzeko, arimaren bakardadean, non espiritu leialak eta poz espiritual gorena dauden. Indiako irakasle argituek ere ideia hauek babesten dituzte eta meditazio sakonaren garrantzia azpimarratzen dute arimaren sakonean Jainkozko Nia hautemateko.

Existitzen den guztia Jainkoaren gogoak zuzendutako uhin-bibrazio bat da. Bibrazio adimentsu hau Espiritu Santua edo Espiritu leiala da, eta harekin

otoitzaren eta meditazioaren bidez komunikatu daiteke.

Zure arimaren isiltasunean eta zure gogo fokatuaren basoan, Absolutuarekiko eta Infinituarekiko maitasun harremana amaigabea da. Baina zaila da Jainkoa aurkitzea lehenik dirua bilatzen badugu. Jainkoa gure bizitzaren parte bihurtu behar dugu, eta orduan izango dugu bizitza honetan behar dugun guztia. Jainkoa bere bihotzean leku iraunkor bat egiten duen edonori, Jainkoak lurraren eta zeruaren bedeinkapen ugari emango dio, eta jakinduriaren eguzkiak distiratzten duten horizonte zabalak irekiko dizkio aurrean, haien bideak argituz eta inguruko iluntasuna uxatuz. Jainkoa maitale betierekoa da, eta ez dago zoriontasunik gizateriarentzat Jainkoa maite dutenak maite dituzten bezala maitatzen ez badute behintzat, Jainkorik gabe, ez genuke maitasunaren funtsa ezagutuko, ezta haren gozotasuna dastatuko ere.

Gure borondatea erabiltzen eta gure adimena Jainkoa bihotz osoz bilatzeko bideratu ikasi behar dugu. Giza ekintzak desioek agintzen dituzte, eta ohitura hauek etengabe behartzen gaituzte egin nahi ez duguna egitera. Egia esan, gizakia bere etsaia da, ez daki geldirik egoten, ezta Jainkoari denborarik eskaintzen ere, baina zoriontasuna eta Paradisura sartzeko bermea nahi ditu atzerapenik gabe. Esperientzia sakratua ezin da lortu liburuak irakurriz, sermoiak entzunez edo ekintza onak eginez soilik. Zalantzarik gabe, hauek guztiak onuragarriak dira, baina ez dira nahikoak. Jainkoarengana iristeko kontzentrazio zorrotza eta hausnarketa sakona behar dira.

Jainkoaren faborea bilatu behar dugu lehenik Ezin ditugu guztiak atsegin eman, hori ezinezkoa baita

Saiatzen naiz inor ez iraintzen Ahal dudana egiten dut, eta hori da egin dezakedan guztia Nire helburu bakarra Jainkoa atsegin ematea da Nire eskuak erabiltzen ditut apalki haren aurrean otoitz egiteko, nire oinak nonahi bilatzeko, eta nire burua harengan pentsatzeko eta haren mirariak hausnartzeko Jainkoak lehen lekua izan behar du gure bihotzetan, bake, maitasun, ulermen, adeitasun, erruki eta jakinduria gisa bizi dezagun Hau, eta ez beste ezer, da lekuko izan eta zuei hitz egitera etorri naizena

Hausnarketaz gain, konpainia ona izan behar da. Ez dugu jendearen atzetik ibili behar, Jainkoaren atzetik baizik. Pentsamendu hauetan onura aurkitzen baduzu, kontsideratu Jainkoaren bedeinkapena, meritu guztia berarena baita. Partekatu itzazu besteekin, zuk aurkitzen duzuna aurki dezaten. (Eta zure Jaunaren faboreari dagokionez, hitz egin horri buruz). Eta ez ahaztu egunero norbaiti laguntzea zure gaitasunaren arabera. Poltsikoan dirua dudan bitartean, ez diot emateari utziko, nire iturri agortezina eta etengabe jariakorra Jainkoa baita.

Azkenik, Jainkoa ezagutu behar dugu handiek ezagutu zuten bezala. Hau posible da hausnarketaren eta ahalegin pertsonalaren bidez.

Behin, ermitatik kanpo nindoala, nire irakasle handiaz, Sri Yuktiswarrez, pentsatzen ari nintzen, urte batzuk lehenago hil baitzen. Beraren irrika izugarria sentitu nuen eta triste nengoen nirekin ez zegoelako ermitaren edertasunaz eta giroaz gozatzeko. Bat-batean, zerutik agertu zitzaidan eta esan zidan: "Uste duzu leku eder honetaz gozatzen ari den bakarra zarela? Nik ere gozatzen ari naiz zu bezala!"

Jainkoarekin batasuna nahi duenak eguneroko meditazioaren eta hura maitatzearen bidez

ahalegindu behar du, eta maitasun hori guztiengana zabaldu. Hau da gatazkak saihesteko modu bakarra. Lankidetza espirituala ezinbestekoa da. Benetako espiritualitaterik gabe, ez dago zoriontasun indibidualik edo unibertsalik. Harmonia sakratua da arazo fisiko, finantzario, ezkontide, moral eta espiritual guztien irtenbide bakarra.

Zoriontasuna Jainkoarengandik hurbil sentitzetik dator. Gizateria ezjakintasunaren atzean giltzapetuta dago, eta garaia da lotsagarri den espetxe honetatik askatzeko. Adimena beti Jainkoarengana zuzendu behar da, edozein direla ere zirkunstantziak, eta orduan bake eta poz handia biziko duzu.

Jainkoaren irrika dutenak eta berari eskaintzen diotenak, elkar animatzen eta argitzen dutenak eta etengabe Jainkoa gogoratzen dutenak dira mundu honetako zoriontsuak eta Hurrengo Bizitzaren zoriontasunaren irabazleak.

Bakea izan bedi zurekin

Oihala altxatu eta garbitu egingo da

Gutako bakoitza Jainkoaren irudira egina dago. Bere jainkozko Espiritutik sortu ginen, eta bere esentzia gugan bizi da bere garbitasun, aintza eta zoriontasun paregabearen.

Ondare sakratu hau gotorleku menderaezina da. Pertsona batek bekatari gisa kondenatzea, bekatuaren bideetan trabatuta, bekatu guztien artean handienetako bat da. Izan ere, horrela, babesgabetasunera, etsipenera eta igotzeko eta igotzeko ezintasunera kondenatzen du bere burua. Egia da pertsona batek lege naturalen eta jainkozkoen aurkako ekintzak egin ditzakeela, baina berehala aldatu behar du norabidea eta bide zuzenera jo. Bere izaera puruan,

pertsona tenplu sakratu bat da, eta jainkozko Espiritua bizi
.da haren barruan

Beti gogoratu behar dugu Jainkoak erabat eta
baldintzarik gabe maite gaituela. Baina Harengana
hurbiltzeko edo urruntzeko aukera absolutua eman digunez,
guregana etorri aurretik, bere maitasunaren nahia
.adieraztea itxaroten du

Behin meditazioan zehar bere ahotsa xuxurlatzen
entzun nuen: "Ez nagoela zurekin diozu, baina ez duzu
barrura begiratu. Ez zaitut inoiz uzten une bakar batez ere.
Sartu arimaren tenpluan eta ikusiko nauzu, beti hemen
bainagoelako, zu jasotzeko eta jainkozko maitasunaren
."agurrarekin agurtzeko
Zintzotasun sakona ezinbestekoa da bide espiritualean.
.Garbitasunean eta egian, arimaren egunsentia agertzen da

Gure giza jakinduria ez da ezer Jainkoarenarekin
alderatuta. Harengana hurbiltzeko modu bakarra guri
.ematen digun maitasun garbi bera ematea da
Azkenean, denek aurkituko dute salbazioa, baina bidean
huts egiten dutenak apatiaren amildegian erortzen dira.
Axolagabekeriak eragozten digu Jainkoa orain bertan, une
honetan bertan, aurkitzearen garrantziaz jabetzea.
Espazioan flotatzen ari den gure Lur planeta handia eta gure
giza identitatea ez zitzaizkigun eman hemen urte batzuk
igarotzeko eta gero ezerezean desagertzeko. Aitzitik,
sakonki hausnartu eta existentziaren misterioa ulertzea
dagokigu. Bizitzaren helburua ulertu gabe bizitzea ergela,
tontoa eta denbora galtzea da. Bizitzaren misterioek
inguratzen gaituzte alde guztietatik, eta Jainkoak adimenez
.hornitu gaitu haien irtenbideak aurkitzeko
Maitasun iraunkorraren bilaketan, konturatu nintzen
Jainkoak imajina daitekeen moduguztietan maite ninduela.
.Ama, aita eta lagun gisa maite ninduen

,Lagun guztien gainetik betiko lagun hori bilatu nuen

Eta maitale handi horri buruz, zeina orain aurpegi
atsegin eta maitekor guztietan distira egiten ikusten dudan
Jainkozko lagun horrek ez nau inoiz hutsik egin, ezta inoiz
.hutsik egin ere

Jainkoa existitzen den guztiaren atzean dago. Gure
gurasoak ohoratu eta adeitasunez tratatu behar ditugu,
baina Jainkoa bihotz eta arima osoz maitatu behar dugu.
Harekin lotura bizia izatearen garrantzia aitortu behar dugu,
.denbora gehiago galdu gabe

Lo gaudenean, ez dakigu esnatuko garen ala ez. Lur hau
banan-banan uzten dugu. Baina pentsamendu honek ez luke
antsietatea sortu behar. Hiltzen garenean, lurrean berriro
jaiotzera deituak gaude, bizitza berri bat hasiz, honetan utzi
.genuen lekutik

Bizitza ozeanoaren gainazalean olatuen eraketa eta
desegite gisa ikusten dut. Giza olatua jainkozko ozeanoaren
gainazaletik altxatzen da jaiotzean, eta heriotzan, Jainkoaren
bihotzean atsedean hartzen du. Egia hau ulertu dut eta
badakit ez naizela inoiz benetan hiltzen, gorputza hil arren.

Izan ere, jainkozko espirituaren ozeanoan atsedean hartzen
ari banaiz edo gorputz fisikoan esna nagoen ala ez, bat naiz
ozeano kosmikoarekin. Zoriontasun gorena ezin dela
munduan aurkitu. Aldi berean, ez dugu beharrik basora ihes
egiteko helburuaren bila. Jainkoa aurki dezakegu eguneroko
.bizitzaren oihan honetan, isiltasunaren leizearen sakonean

Gizakiek akats asko egin ditzakete, baina jainkozko
espirituaren irudian moldatuta daude. Jainkoak lurreko
plazerrez osatutako mundu ilusiotsu hau helburu bakar
batekin sortu zuen: gizateriak drama kosmiko bat besterik ez
dela konturatzeko, ilusioak alde batera uzteko eta Jainkoa
bakarrik maitatzeko. Hau da egia, eta ezin da bestela izan.

Zergatik sortu gintuen Jainkoak gure senideak maitatzeko,
banan-banan gugandik alde egiten ikusteko? Gertaera hauek

gertatzen dira Jainkoa dela benetan maite gaituena
.konturatzeko, maite ditugun guztien gaintetik
Bizitza irudi mugikorren segida bat da, baina egia hau
zaila da ulertzea, ilusioak errealak diruditelako eta
errealitateak ilusioak diruditelako. Mundua gure
kontzientziaz desagertzen da gauero lo egiten dugunean,
.agian unibertso fisikoa ez dela errealia uler dezagun
Loaren ikasgai hau ez dator gu beldurtzera, baizik eta
Jainkoaren egiaren irrika pizteko. Ezerk ezin du arima ase
Jainkoak eta haren maitasunak izan ezik. Jainkoaren
Espiritua egia paregabea da. Ez dago ezer irreala denik, eta
errealia dena ezin da irreala izan. Jakintsuek egia distiratsu
.hau ulertzen dute
Gure bizitzako urte asko igaro dira, eta urteak, asteak,
egunak eta orduak baino ez dira geratzen. Zergatik galdu
denbora onuragarriak ez diren gauzetan? Jainkoarekin
konektatu nahi izan beharko genuke egunez eta gauez, eta
guztiz zintzoak izan nahi horretan, bizitzari esleitutako
denbora agortu eta lur hau ezer aipagarriarik lortu gabe utzi
.baino lehen
Une hartan bertan, Jainkoaren argi handia ikusi nuen
sorkuntza guztia inguratzen. Zer poz izugarria! Zer argi
!zoragarria
Jainko maitea, eskerrak ematen dizkizut eta makurtu
egiten zaitut zure presentzia sentitzearen bedeinkapen
.ugariengatik
Bedeinkazioak guztiontzat modu berean, unibertso
egia gorena zarela eta gure azken helburua zarela kontura
.gaitezen, eta horren atzean ez dagoela beste helbururik
Gure bizitzako segundo oro maitatu eta berarekin hitz
egin behar dugu —lanean eta atsedenaldirian, mugimenduan
eta geldirik— erregu sakon eta irrika sutsuarekin. Orduan,
ilusioaren beloa altxatzen eta desagertzen ikusiko dugu.
Jainkoa gurekin dago gure bizitzako une oro. Harekin
kontenplatu eta harmonian daudenek loreen

edertasunean, arima onen noblezian, emozio sublime eta nobleetan eta amets ederretan ikusten dute. Azkenean, belodien atzetik aterako da bilatzaile zintzo orori esateko "Denbora luzez egon gara bananduta, zure maitasuna" borondatez eman nahi nuelako. Nire irudira sortu zintudan, eta zure askatasuna erabili eta zure maitasuna zure ".borondatez eman arte itxaron nuen Jainkoari eskatu behar diogu bere maitasun jainkotiarren oparia betiereko eta iraunkorra emateko. Baina nork aurki dezake Jainko maitekor hau ahaleginik gabe? Ahaleginaren % 25 egiten baduzu, gainerakoa Jainkoaren eta zure gida espiritualaren esku dago. Ez dut ezer eskatzen neure buruarentzat, meritu guztia Jainkoarena baita, ontasun eta grazia guztien iturria. Bere grazia lagun zaitzala, bere kontzientzia zurekin izan dadila, eta bere presentziaren ugaritasuna hauteman dezazula zure baitan .eta zure inguruan Jainkoak ez digu berehala erantzuten, zenbat desiratzen dugun erakusteko zalantzak ditugulako. Ez izan beldurrik Harengana hurbiltzeko, baizik eta gurea, gure Maitatua dela kontsideratu behar dugu, eta etengabe bilatu gure pentsamenduekin, ekintzekin, bihotzekin eta gogoekin, eta horrela aurkituko dugu segurtasun eta bake babesleku .handiena existentzia honetan Jauna, arima onen sorta hau eskaintzen dizut, Zure presentziaren tenplua apain dezaten Lagundu arima hauekin, Zure familia eta Zure maiteak direnak Zure izen bedeinkatua abesten dugu Uxatu ezjakintasunaren iluntasuna Zure argi santuarekin Kanpatu gure gogoetako iluntasuna Zure izatearen argi distiratsu eta mugagabearekin Zureak gara, gure egoerak edozein direla ere Erakutsi zeure burua, Maiestate eta Ugaritasunaren Jauna Bedeinka gaitzazu bakoitza Onartu gure irrika pentsamenduen xuxurlak eta gure bihotz maitekorren taupada irrikatsuak Zuri eskaintzen dizkizugu maitasun,

ohore eta irrika guztia, Zu zarelako gure Maitea eta
unibertso honetan dugun guztia
Bedeinka gaitzazu zure graziarekin Hautsi zuregandik
banatzen gaituzten desioen hormak Izan zaitez gure nahi
guztien gainean dagoen jainkozko Erregea Zure aintzaren
argia mundu zabalean zehar heda dadila Bedeinka gaitzazu
guztiok Bete gaitzazu zure presentziaren usainarekin Eta
gero eta gehiago konturatuko gara beti gurekin egon zarela,
.orain gurekin zaudela eta betiko gurekin egongo zarela
Eskerrak ematen dizkizugu Zure hurbiltasunaren irrika
duten eta Zure presentzia irrikaz itxaroten duten Zure
jarraitzaile sutsuei eman diezun grazia eta maitasunagatik.
Espero dugu Zure dizipuluen zirkulua handituko dela, Zure
presentzia bedeinkatua ospatu eta Zure hurbiltasunaz poztu
.ahal izateko

Bedeinka gaitzazu, elkarri gure bihotzak ireki eta gure
asmoak garbitu ditzagun, zure babes eta zaintza merezi izan
dezagun. Ager gaitzazu, barrutik eta kanpotik. Batu gaitzazu
guztiok, eta batasun horren argitan, aitortu dezagun zure
.existentzia paregabea

Gure bihotz batuetako zintzotasunez eta gure arima
harmoniatsuen irrikaz, Zure aurrean ahuspeztzen gara, Zure
laguntza, gidaritza eta gure arimetan Zure presentziaren
.etengabeko kontzientzia bilatuz
Maitasunaren betiko sua piztu dadila gure bihotzetan,
eta senti dezagun zure hurbiltasuna orain eta beti, gure
!Jauna, gure Maitea

Desira gorena eta kapsula mentalak

**Handia da Jainkoaren aintza. Egiaren funtsa da
eta bizitza honetan aurki daiteke. Jendearen
bihotzean otoitz eta erregu asko daude: dirua, ospea,
osasuna... mota guztietako otoitzak. Baina bihotz
guztietan lehenengo eta behin egon behar den otoitza
Jainkoaren presentzia sentitzea da. Bizitzako bideetan**

isiltasunean eta ziurtasunean ibiltzen garen heinean, konturatu behar dugu Jainkoa dela gure asebate eta gure nahiak bete ditzakeen azken helburua, Jainkoarengan baitago bihotzeko irrika guztien erantzuna.

Zure ahaleginen bidez desio bat bete ezin duzunean, Jainkoarengana otoitzean jotzen duzu. Horrela, egiten duzun erregu bakoitzak barneko irrika ezkutu bat agerian uzten du. Baina Jainkoa aurkitzen duzunean, desio guztiak desagertzen dira eta nahi guztiak betetzen dira.

Munduko desirak bizitzaren xedeari buruzko ideia okerretatik sortzen dira Lur hau ez da gure benetako etxea Eskriturek esaten digute Jainkoarenak garela, haren irudian sortuak garela eta haren nahia gure jainkozko jatorrira itzultzea dela Gizateriak ez du konturatzen bere jainkozko iturrira itzultzen ez bada, desio ugari betetzeko borrokan aritu beharko duela Imajinatu! Egia da gizakiek ezin dutela saihestu desioak izatea, eta ez dagoela ezer txarrik horiek edukitzean Hala ere, gizakiaren irrika gehienek Jainkoarengana itzultzeko azken desioa betetzea oztopatzen dute Beraz, kaltegarriak dira gizakiaren zoriontasunerako Gizateriak Jainkoa desiratzen ez badu eta aurkitzen ez badu, zoriontasuna ekarriko diola uste duen edozer gauzaren irrikaz erretzen jarraituko du Baina desio guztien berehalako betetzea automatikoki dator Jainkoa aurkitzen dutenentzat

Bi desio mota daude: Jainkoa aurkitzen laguntzen digutenak eta aurkitzea eragozten digutenak. Adibidez, norbaitek bidegabekeria egiten badizu, mendeku gogoia senti dezakezu. Hala ere, maitasunaren botere altuagoa eta onargarriagoa erabiliz gogo hori gainditzen baduzu, Jainkoa aurkitzen lagunduko dizun tresna bera erabiliko duzu.

Desio guztiak modu noblean bete behar dira, munduko bideetatik betetzen direnean, desioak ugaritzen baitira, arazoekin eta sufrimenduarekin batera. Jainkoari gure desio guztiak eskaintzen ikasten badugu, Hark gure desio onak betetzen eta kaltegarriak eta suntsitzaileak desagerrarazten lan egingo du . Ez dago kontzientzia garbi bat baino babes handiagorik, eta ez dago bizitzaren kolpeen aurkako defentsa hoberik desio noble eta sublimeak edukitzea baino.

Jainkoaren irudi perfektua gure baitan dagoela konturatzen garenean, gure desio guztiak betetzen dira lurreko altxor eta aberastasun guztiak gainditzen dituen kontzientzia sakratu horretan, ez zara astinduko mundu osoa eman arren. Ez laudorioek ez dizute harrotasuna eragingo, ezta erruak ere kalterik egingo, zeren Jainkoaren poza dastatuko baituzu zure baitan, eta hori izango da zure bizitzako kontuan hartu beharreko gauzarik garrantzitsuena.

Lehenik eta behin, Jainkoaren gidaritza eskatu beharko genuke gure desio legítimoak lortzeko ahaleginetan, eta hori da gure otoitz guztien erantzunak lortzeko modurik onena. Baina erreguak kendu behar dira otoitzetik. Otoitz egiteko modu zaharra aldatu behar da, eta Jainkoarengana jo behar dugu konfiantza osoz eta fede irmoarekin, entzuten gaituela eta gure eskaerak emango dituelakoan. Jainkoak ez du nahi gure borondatea uztea —baita berari otoitz egiten diogunean ere—, borondate hori baita bere esku atseginetik jaso dugun oparirik preziatuena, gure sorkuntzatik bertatik guretzat nahi izan duen eskubide sakratua.

Jakina, bereizi egin behar dira arrazoizko eta arrazoizko otoitz eta desioen artean. Gogoratu desioa boterea dela; desio bati heltzen badiozu —ona edo

txarra, onuragarria edo kaltegarria izan— eta egun eta gau horretan pentsatzen baduzu, azkenean gertatuko da. Beraz, kontuz ibili behar da eta saihestu desio kaltegarriak gordetzea, bete egingo baitira eta kalte izugarria eta inbidiaezina den miseria ekarriko baitute.

Denborarekin, konturatuko zara zure desioak betetzen diren arren, zure bihotza hutsik jarraitzen duela, eta barne matxinada biziko duzula. Imajinatu zure digestio-sistema ahula dela, baina janari frijituak irrikatzen dituzula. Noski, mina sentituko duzu jaten dituzun bakoitzean, jaten duzun bitartean sentitzen duzun plazerra izan arren. Eta horrela, akats bat egin duzula sentituko duzu. Jakinduriak agintzen du bereizketa erabiltzea desio onak eta txarrak bereizteko, eta hori lortutakoan, desio oker horiek ez lirateke bete behar. Gizakiek bereizketaren barne-ahalmena dute eta beti erabili behar dute, beren bizitzak kontzientziak aginduen arabera gidatuz, hau da, Jainkoaren ahotsa.

Bete gabeko desioak bihotzean irauten dute. Zer kalte dago bertan gordetzeak? Hona hemen erantzuna:

Desio oro indar espezifiko osatuta dago: ona edo txarra, edo biak. Pertsona bat hiltzen denean — Jainkoak erruki izan dezala berarekin—, indar hauek ez dira hiltzen gorputza deskonposatu eta usteltzen den arren. Aitzitik, arimarekin batera doaz kapsula espiritual kontzentratuen moduan. Pertsona enkarnazio berri batean berriro jaiotzen denean, kapsula edo tableta psikiko hauek joera portaera gisa agertzen dira. Horrela, alkoholiko gisa hil den pertsona batek alkoholarekiko joera dakar berarekin berriro jaiotzean, eta joera hori irauten du

alkoholarekiko irrika gaintitu arte. Honek beste gauza batzuei ere eragiten die.

Haur txikienek ere iraganeko bizitzetatik hartutako ezaugarriak erakusten dituzte. Haur batzuek haserre-aldi larriak izaten dituzte. Beste batzuek, berriz, umore txarra dute. Jakina, Jainkoak ez zituen horrela sortu. Iraganeko bizitzetako ase gabeko desioek joera psikologiko horiek moldatu dituzte, eta, horregatik, arima arraro samarra agertzen da, Jainkoaren irudi garbian sortua izan arren. Jainkoaren irudia desitxuratuta badago pertsona baten baitan bizitza honetan, haserreak, beldurrak edo lizunkeriak eraginda, eta ezaugarri horiek orain gaintitzen ez badira, orduan haiekin berpiztuko dira (edo haiekin berpiztuko dira), joera tamalgarri horien zama eramanez, enkarnazio honetan edo etorkizunean gaintitu arte. Ez dago ihesbiderik haietatik gaintitu arte.

Beraz, hobe da desio guztiak orain betetzea edo konkistatzea

Behin betiko desira horiek kentzeko modurik onena jainkozko poz gorena bizitzea da. Bestela, erreprimitutako desira eta ase gabeko irrika hauek arima jazarri eta torturatuko dute.

Pertsona batek, bereizketaren eta jakinduriaren bidez, konturatu behar du Jainkoak bakarrik eman dezakeela zoriontasun purua eta iraunkorra

Gehienetan, desioak inkontzientean ezkutatuta geratzen dira. Desagertu direla pentsa dezakezu, baina ez da horrela izan; hau bizitzaren misterioetako bat da, eta bera misterio handia da.

Baina misterioa desagertzen da bizitza aztertzen dugunean eta bere esanahia hausnartzen dugunean. Egunero denbora labur batez lasai eseri eta zeure burua aztertzen baduzu, ikusiko zenuke bete gabeko

desio asko dituzula. Desio horiek pertsona batek berarekin eramaten dituen germen hilgarriak bezalakoak dira, edonora joanda ere, bai bizitza honetan bai hurrengoan.

Aurrera egiteko modurik onena bizitza honetako desio kaltegarriak aukera jakintsuen bidez bereiztea eta zure ahaleginak zure desio onak betetzera bideratzea da. Suizidatzeko edo zerbait gaizki egiteko gogoia sentitzen baduzu, gogo hori orain uxatu behar duzu. Konbentzitu zeure burua, pentsamenduz eta ekintzaz, jainkotasun txinparta bat duzula zure ariman, eta gogoratu Ahalguztidunaren irudian sortua zarela, eta, beraz, zure izaera fisikoa eta ohiturak gainditzeko boterea duzula.

Luxuei gutxiago lotuta egon eta desioetatik urrundu gehiago, eta bizitzaren borroka irabaziko duzu. Min sendaezina jasaten ari bazara, ahalik eta gehien saiatu kontzientzia fisikotik aldentzen. Bereizmenaren bidez, zentzumenak gainditu ditzakezu. Bereizmen jakintsua desio kaltegarriak eta gose suntsitzaileak erretzen dituen sua da, errauts bihurtuz.

Ohikoa da jendeak etxeko txoko batean gauza zaharrak, higatuak eta beharrezkoak ez direnak gordetzea, eta etxea noizean behin txukundu eta garbitzea. Era berean, zure subkontzientearen txokoan kalte latentea duten desio asko daude, eta egunen batean arazo handiak sor ditzakete behar bezala kudeatzen ez badituzu.

Autoanalisia ezinbestekoa da bide espiritualean. Gorrotagarria, suminkorra edo haserrekorra izan zaitezke. Hala bada, zure kontzientzian gordetako ezaugarri hauek zure iraganeko ekintzen ondorio dira. Zure psikea altzari nahasi eta higatu hauetatik garbitzeko, ekintza positibo eta eraikitzaileekin hasi

behar duzu eta besteekiko maitasuna landu. Zenbat eta gehiago maite dituzun pertsonak, orduan eta gehiago maitatuko zaituzte zu, eta haien maitasuna sentituko duzu. Baina kritikatzan badihazte, zeure buruari ere bai, kritika hori sentituko dute eta anplifikatuta itzuliko dizute!

Demagun etsai zahar bat hil dela, baina oraindik harekin duen gorrotoa eta erresumina gordetzen dituzula. Samintasun horren ondorioz sufrituko duzu, eta bere ondorio kaltegarriak zure gorputzean eta buruan agertuko dira. Hobe da Jainkoaren izenean barkatzea, horrela eginez gero, mendeku-desira gaiztoetatik askatuko zarela, zure bakea suntsitzen eta lasaitasuna apurtzen dutenetatik. Gorrotoa gorrotoaren gainean pilatzeak, edo etsaitasunari gorrotoarekin erantzuteak, ez du zure etsaiaren zureganako etsaitasuna areagotzen bakarrik, baita zure gorputza eta emozioak pozoitzen ere, ondorioz. Beraz, barkatu barkamen eder batekin.

Noizean behin, pertsonak dena utzi behar du bere buruarekin bakarrik egoteko, bizitzaren helburuaz hausnartzeko. Jende gehienak tradizio eta moden korrante batean dabil. Egia esan, ez dute inoiz benetan beren bizitza bizi izan, munduko bizitza baizik. Zer lortu dute, eta non amaitu dute?

Beraz, komenigarria da pertsona batek noizean behin eguneroko kezka eta "betebeharretatik" aldentzea, bere gogoaren nahasmena baretzeko eta haren funtsa ulertzen saiatzeko eta lortu nahi duen helburua zehazteko.

Gogoratu jaso dezakezun testigantzarik handiena zure kontzientziarena dela: zure arimaren ahots nahastezina eta hutsezina. Zure kontzientziak esaten dizuna da benetan nor zaren, apaingarririk edo mozorrorik gabe.

Pentsa ezazu Jesukristoren botereaz, honek esan baitzuen: «Aita, barka iezaiezu, ez baitakite egiten ez dakitena».

Eta pentsatu Profeta handi hark esan zuenean: “Ez al dizuet esango zerk igotzen duen norberaren maila?”. Haiek erantzun zuten: “Bai, Jainkoaren Mezularia”. Hark esan zuen: “Izan pazientzia zurekin ezjakina denarekin, eman zuregandik ezkututzen denari, eutsi loturari zurekin lotura hausten duenarekin eta barkatu zuri bidegabe egiten dizunari”.

Zure kontzientzia argituaren ahotsa entzuteak argia ekarriko dio zure bideari eta bedeinkapena zure bizitzari. Bihotzean desio bat betetzeko gogo handia sentitzen duzunean, erabili zure bereizmena eta galdetu zeure buruari: "Bete nahi duan desio ona ala txarra al da?"

Faktore askok pizten dituzte gizakien desirak Norbaitek auto modelo berri bat ikusten duenean, antzeko bat izan nahi du Estilo berriko etxe bat ikusten duenean, antzeko bat izan nahi du Moda joera berri bat bihurtzen da ezagun, eta jendeak estilo hori erosi eta janzteko irrika du!

Nondik datoz desioak? Orduak eman nituen honi buruz hausnartzen Sailkatu al ditzakezu zure desio guztiak? Guztiak ordenatu eta onak bakarrik gordetzea lortu nuen Eta jainkozko jaunartzea lortu nuenean, konturatu nintzen nire desio on guztiak aldi berean bete zirela Gaur zerbaiten irrika duzu, eta bihar zure arimak beste zerbaiten irrika du Zure gogoa, Jainko Ahalguztidunarengandik sortua, ezin da mundu honetako ondasunekin ase, eta ez da inoiz aseko, zeren, lagun maitea, zure arimaren altxorrik preziatuena eta baliotsuena galdu duzu, zure irrika

asetzeko eta zure desioak betetzeko boterea duen bakarra Altxor galdu hori Jainkoa da

Egia da badirela desio on edo beharrezko batzuk, eta horiek betetzeko lan egin behar duzula. Baina zure desio txikiak betetzen saiatzen zaren bitartean, ez ahaztu lehenik Jainkoarenganako duzun desio handiena betetzea. Desio eta betebeharrak txikiak lehenik bete behar direla dioen ustea ilusio eta engainu bat da. Oraindik gogoratzen dut nire bidaia espiritualaren hasieran atzeratzen nuela eta ez nuela aldizka meditatzen, nahiz eta neure buruari esaten nion denbora hartuko nuela horretarako. Urtebete igaro zen horrela neure buruari agindutakoa ez nuela bete konturatu nintzen arte. Berehala egin nion neure buruari zin bat, goizean egingo nuen lehenengo gauza garbitu eta gero Jainkoarengan meditatzea izango zela. Eguneroko zereginak ugariak ziren garai hartan, eta ez zen erraza horietatik ihes egitea, denbora gutxi batez ere. Horregatik, nire betebeharrak espiritualak lehenik betetzea erabaki nuen. Eta horrela, ikasgai handi bat ikasi nuen: Jainkoarekiko dudak betebeharra lehenengoa da, eta orduan bakarrik arduratzen naiz beste betebeharrak garrantzi gutxiagoko batzuei.

Zergatik ireki behar dizkio Jainkoak betikotasunaren ateak gizateriarentzat, gizateriak beste betebeharrak eta gogoeta batzuk Jainkoaren gaineratik jartzen baditu? Jainkoak hego espiritualak jarri ditu gure baitan eta espirituaren erreinetan hegan egitea espero du. Hego hauek gure irrika espiritualak, gure pentsamendu gorena eta gure iturri jainkotiarra lortzeko dugun irrika zintzoa dira.

Bilatu dezagun Jainkoa lehenik Ez da zentzuzkoa lurreko betebeharrei garrantzi handiena ematea, Azraelek edozein unetan dei baitezake arima, eta

orduan betebeharr, konpromiso, kezka eta obligazio guztiak behin betiko amaituko dira Beraz, zergatik eutsi hain gogor bizitzari?

Pertsona batek segurtasunaz eta lasaitasunaz gozatzen ari dela uste du, baina bat-batean maite duen norbait galtzen du, edo osasuna edo lana galtzen du, eta segurtasuna eta lasaitasuna alferrik galtzen dira!

Zein handia zen nire amarekiko maitasuna! Beti nirekin egongo zela uste nuen, baina bat-batean konturatu nintzen haurra nintzela utzi ninduela! Ez diogu heriotzari beldurrik eman behar, baizik eta prestatu behar izan behar diogu.

Bizitza ez da dirudiena Ez jarri zure konfiantza bertan, aldakorra, engainagarria eta etsipen eta itxaropen hautsiez betea baita Perfekzioa ezin da hemen aurkitu Ez dizuet bizitzaren irudi irreala eman nahi Mundu hau ez da paradisia Jainkozko laborategi bat da, non Jainkoak arimak probatzen dituzten ontasunaren bidez desio gaiztoak gaindituko dituzten eta bera —hau da, Jainkoa— beren desio handiena bihurtuko duten ikusteko, bere erreinura itzul daitezten

Bizitza tragedia eta komedia, hondamendi eta poz mota guztiez gainezka dago Forma amaigabeko tapiz zabala, etengabe aldakorra eta bizia da Ez dago bi gauza berdin-berdin Pertsona ororen bizitza bakarra da Banako bakoitzak ezaugarri desberdinak, pentsamolde desberdina eta desio desberdinak ditu Egunero proba berdinen menpe egongo bagina, nekatu eta aspertu egingo ginateke Paradisuak ere, beti berdina balitz, bere erakargarritasuna galduko luke Barietatea eta aniztasuna maite ditugu Paradisuaren kontzeptu tradizional nagusia guztiz okerra da Benetan aspergarria balitz, Jainkoaren

santuek eta gizon santuek Lurrera itzultzeko otoitz egingo zuten entretenitzeko ! Paradisua etengabe berritzen da modu atseginenean, Lurra, berriz, askotan etengabe berritzen den bitartean, baina modu aspergarri eta desatseginean

Hala ere, bizitza nekagarria eta gogorra izan arren, jende gehienak ohitzen da, bizitzeko beste modurik ez dagoela sinetsita. Bizitza hau bizitza espiritualarekin alderatu ezinik, ez dira konturatzen mundu honen tolesturen artean ezkutatuta dagoen mina eta nekearen neurria.

Egia esan, bizitza ez da erreala. Entretenimendua besterik ez da, ez besterik. Film zaharrak behin eta berriz berrargitaratzen diren bezala, gertaera zahar berdinak ere errepikatzen dira modu ezberdinetan. Eta bizitzaren etengabeko jarraipena izan arren, iraganeko filmetan aurkeztutako gai berdinak bata bestearen atzetik erreproduzitzen dira. Egia esan, historia errepikatzen da, eta pertsonak denboraren museoetako objektu hutsak dira.

Bizitzak bere sorpresak askatzen uztea, pozik, objektibotasunez eta urruntasunez onartzea, emozioek eragin gabe, film bat ikusten ariko bagina bezala. Bihotzez egindako barrea sendabide zoragarria da gizakiaren gaitz guztientzat.

Bizitzari erraztasunez eta erosotasunez heldu behar diozu. Hau da nire irakaslearengandik ikasi nuena. Bere ermitan nire prestakuntza espiritual hasi nuenean, aurpegi triste batekin egiten nituen nire betebeharrak, inoiz irribarrerik gabe. Egun batean, nire irakasleak hau ohartu zen eta esan zuen: "Jainkoak nahi badu, dena ondo dago! Hileta batean zaude? Ez al dakizu Jainkoa aurkitzeak kezka ezkutatu eta atsekabe guztiak lurperatzea esan nahi duela? Ez hartu bizitza hain serio".

Irakatsi zidan gizakiaren betebeharra dela bere adimena lurreko distrakzio eta arazo guztien gaintetik altxatzea, Jainkoarengan askatasun osoa aurki dezan.

Bizitzako erronkei ausardiaz eta autokonfiantzaz aurre egiteko, oreka mantendu behar da poz eta atsekabeen, irabazi eta galeren, garaipen eta porrotaren artean.

Barne bakea mantentzea, gertaera guztiak gorabehera, da desira engainagarriak gainditzeko modurik onena. Hori ikasi nuen handiengandik, denboraren gorabeherak eraginik izan ez zutenengandik, baizik eta tinko eta aldaezin mantendu zirenengandik amaierara arte. Profetek ere , torturatuak izan zirenean, ez zuten beren kontzientzia sakratua galdu, ezta inori Jainkoaren maitasuna lapurtzen utzi ere. Poztasun espirituala bera babes bedeinkatua da eta gotorlekurik handiena. Proben eta atsekabeen artean, gogoratu Jainkoak eman dizkizun bedeinkapenak. Zure arima Jainkoaren tenplu sakratua da. Ez utzi ezjakintasunaren iluntasunak leku garbi hori zikintzen. Zein zoragarria den kontzientzia espiritualean, ohoratuta, duintasunez, seguru eta bakean egotea! Ez izan beldurrik ezeri eta ez gorrotatu inori. Eman zure maitasuna guztiei. Sentitu Jainkoaren maitasuna eta ikusi haren presentzia pertsona guztiengan, eta utzi zure desiorik indartsuena haren presentzia etengabea izan dadin zure bihotzean. Hau da mundu honetan bakean eta lasaitasunean bizitzeko bidea. Baina zaila da auto-asebetetze hau dastatzea, desioen haize bortitzak bihotzaren oasitik jotzen eta zuhaitzak bortizki astintzen ari diren bitartean.

Pertsona baten inguruneak moldatzen ditu desioak Gure pertzepzio sentensorialetatik jaiotzen dira

**eta pertzepzio horien mugek mugatzen dituzte Landa-
azoka batera joateak zirrara pixka bat izateko nahia
betetzen du, baina mundu mailako erakusketa bat
bisitatu eta erakusleiho desberdin guztiak ikusi
ondoren, azoka txikiak bere xarma eta
erakargarritasuna galtzen ditu Beraz, lehenik
Jainkoarekin batasunaren poza bizi behar dugu, poza
hori lurreko plazer txikiagoekin alderatu ahal izateko
Orduan, desioak izaera altuagokoak izango dira
Desira amaigabea da; desio bat betetzen denean,
beste batek hartzen du bere lekua Baina Jainkoa
aurkitzen duzunean, zure desio guztiak betetzen dira
"Bilatu lehenik Jainkoaren erreinua eta haren justizia,
eta gauza horiek guztiak emango zaizkizue (Eta
Jainkoarengan dagoena hobe eta iraunkorragoa da)"
Beraz, zergatik ez bilatu lehenik desio handiena
betetzea eta Jainkoaren eskuzabaletik onena eta
iraunkorrena jaso?**

**Jainkoak bilatzailearen otoitzari erantzuten
dionean, bere beste desio guztiak berehala eta betiko
beteko dira.**

Batzuek uste dute ez dutela desiorik. Ondo da!

**Ohartu naiz zer gertatzen den jendea merkatura
joaten denean. Baliteke erosteko gogo zehatzik ez
izatea, baina bat-batean zerbaitek arreta erakartzen
die eta pentsatzen dute: "Bai, erosi egin behar dut!".**

**Berehala erosi ez arren, gau eta egun buruan
dute, azkenean erosi arte, dirua maileguan hartu
behar izan arren. Denbora batez gozatzen dute, baina
pixkanaka bere xarma desagertzen da eta
edukitzearen poza gutxitzen da, beraz, beste zerbait
nahi dute, eta abar.**

**Batzuetan norbaitek esaten du: "Ai, diru kopuru
hori eta hori izango banu (edo auto berezi bat edo**

igerileku bat edo)", eta desio hori betetzen den bezain laster, zerbait berriaren irrika sortzen da.

Gizakiaren nahiak berez inperfektuak dira, eta, beraz, ez dira gai jabeen zoriontasun osoa lortzeko.

Munduak Jainkoa aurkitzea dela benetan merezi duen desio bakarra gogoratzea eragozten saiatuko da. Baina egunero gogorarazi behar diozu zeure buruari. Pertsona batek erretzeari uztea, gehiegi jatea uztea, gezurra esatea edo iruzur egiteari uztea erabakitzen duenean, erabaki irmoa izan behar du eta ez du zalantzan jarri behar. Ingurune txarrak borondatea hustu eta ahuldu egiten du, pertsonaren baitan desio faltsuak sortuz. Onena kentzen die eta okerrena ematen die. Lapurrekin bizi direnek uste dute hori dela bizitzeko modu bakarra. Baina jende onarekin elkartzeak adimena gauza altuagoetara bideratzen du, desio faltsuek ezin dezaten pertsona tentatu. Bizitza honetako guztia aldaketa eta gorabeheraren menpe dago. Baina hausnarketa sakoneko edo gai espiritual hutsak aztertzeke eta hausnartzeko une batzuk inspirazio iturri izango dira, bilatzaile sutua engainu eta ilusioen ozeanoaren gainetik eramanez jainkozko kostaldeetara, non "nekeak ez dien ukituko bertan, ezta kanporatuko ere".

(Atsedean handiena prestatu da nekatu direnentzat, eta egia bilatzeko ahaleginik aurreztu ez duenak irabazi du)

Benetako zoriona Jainkoaren irrika izatean eta etengabe Harengan pentsatzean datza. Iraunkortasunez, une bat iristen da non pentsamendu hori hain sendo eta aldaezin bihurtzen den, non ez dagoen gaitz fisiko, mental edo emozional batek zure kontzientzia Jainkoarengandik aldentzeko gai ez den. Ez al da harrigarria Jainkoaren kontzientziarekin

bizitzea, Harengan pentsatuz eta uneoro sentituz, eta Haren presentzia erasoezinaren santutegian geratzea, non ez heriotzak ez beste ezerk ezin duen zure barne bakea lapurtu? (Jainkoaren oroitzapenean sinesten dutenek eta bihotzak atsedean hartzen dutenek. Egia esan, Jainkoaren oroitzapenean aurkitzen dute atsedean bihotzek).

Desira guztien aurrean immune bihurtzen zarenean, betiko presentziaz gozatzen duzu

Bizitza benetan arraroa da, dena alda daitekeelako. Beraz, ez da zoriontasunaren itsasontzia bizitza honetako hondar aldakorren gainean ainguratu behar. Gure denbora igaroko da, eta orain ikusten duguna egunen batean desagertuko da. Aldaketa onargarria da, baldin eta kalte egiten ez badizu. Eta kalte egiten dizunean, bizi duzun barne-nahasmendua mezu bat da zuretzat, ez zaitezen desioek hartu. Jainkozko espirituan seguru zaudenean, denaz gozatzen duzu atxikimendurik edo menpekotasunik gabe. Beraz, Hura ezagutzen ahalegintzea oso garrantzitsua da axola zaienentzat; bestela, bizitza etsipen suntsitzailea izango da, itxaropenak modu izugarrian zapuztuz.

1935ean Indiara itzuli nintzenean, haurtzaroan maite nituen lekuak bisitatzea espero nuen, baina iritsi nintzenean, dena aldatu zela konturatu nintzen. Bizitzako etapa beste modu batera berrantolatu zen. Etsipen eta ezusteko handiena Aykapurren nuen etxe zaharra bisitatu nuenean etorri zitzaidan, non jolasten eta txoriak ikusten egoten nintzen. Gogoratzen nuen guztiarengandik zuhaitz bakarra geratzen zen. Horrelakoa da bizitza! Gauza ezagunak eta maiteak banan-banan desagertzen zaizkigu bistatik. Prest nengoen edozer emateko gure etxea haurtzaroan zen bezala ikusteko. Hala ere, Jainkoak

bete zuen nire nahia, geroago etxea ikuskera batean ikusi bainuen, non igerilekuan igeri egin genuen, eta gero goiko solairura igo, ohean etzan eta mangoak jan nituen, urte asko lehenago egin nuen bezala.

Orain, nahiak arretaz aztertu eta aztertu behar dira, ondo sailkatu, eta onak bakarrik gorde, eta nahi on horiek ere ez dute Jainkoarenganako nahirik garrantzitsuena ito behar.

Desira hori bizirik eta sutan egon behar da, eta ez da desagertzen edo hiltzen utzi behar. Gizakia ilusio handi baten pean dago Jainkoari bere lurreko nahiak betetzeko eskatzen dionean, baina ez dionean eskatzen berari agertzeko. Imajinatu etengabe gurasoei bere eskaerak onartu behar dizkien haur bat, eta bestela ez die haiei buruz galdetzen ezta pentsatzen ere. Hori eskergabetasuna eta haien adeitasuna ukatzea da, eta horretan ikasgai bat dago hausnartzen dutenentzat.

Bizitzaren liburu hau aplikatzen denean, lurreko egonaldian eskuratutako ezagutza espiritualak bakarrik lagunduko digu. Beraz, Jainkoa beti presente egon behar da gure gogoan, etengabe deituz eta inoiz ahaztuz, norberaren etorkizun espiritualaz benetan kezkatuta badago. Jainkoarekin batasunean gaudenean, desio guztiak modu misteriotsu batean betetzen direla ikusiko dugu. Baina lehenik Jainkoa bilatu behar dugu. Eskuzabala da eta dena eman digu, baina bere opariekin konformatzen ez garenean, Emailearengana berarengana jotzen dugunean bakarrik aurkituko dugu. Ezagutuko dugu gure bilaketan zintzoak bagara, harengana hurbiltzeko eta bere presentzia bedeinkatua bizitzeko gogo bizia badugu.

Pertsona batek aurkitzen duen oztopo handiena bere burua da. Isil-isilik eseri eta gai espiritualak

hausnartzen saiatzen direnean, bat-batean munduko pentsamenduak sortzen dira, arreta galaraziz eta beren helburua lortzea eragotziz. Beren pentsamenduak eta gorputzak kontrolatzen trebatu behar dute beren burua, eta horrela, paradisu eramangarri bat eramango dute ariman. Bizitzan edo heriotzan, zeruan edo infernuan, zoriontasun goren horrek lagunduko die.

Jainkoari sakon otoitz egin behar diogu, gure irrika handia isuriz, bihotzaren hizkuntzan, arimaren irrikan eta kontzientziaren xuxurlatan galdetuz, entzun eta erantzun diezagun. Baina pertsona batek erdipurdiko otoitz egiten badu eta aldi berean beste zerbaitetan pentsatzen badu —Jainkoak badakien zerbait ez dela pertsona horren kezka nagusia—, ez du erantzungo.

Lehenik eta behin Jainkoa izan behar dugu Orain da ordua Ez dugu itxaron behar, ilusioak boteretsuegiak baitira Bizitza azkar pasatzen da, eta lotsagarria da mundu hau bizitzaren helburua jakin gabe uztea Denbora librea dugunean hausnartu beharko genuke Zure otoitzak hasieran erantzuten ez badira ere, ez etsi Jainkoaren errukiaz, baina jarraitu erregutzen Otoitz egin zintzotasunez eta fidatu zure otoitza erantzungo dela

Nire bizitzan Jainkoaren otoitzari erantzuteko duen gaitasunaren frogarik handiena ikusi dut. Baina erantzun horrek ahalegina eskatzen du, ahaleginik gabe ez baita ezer esanguratsurik lortzen. Meditazioa ezinbestekoa da bizitzaren misterioak argitzeko eta Jainkoaren erreinura sartzeko.

Ohitura txarrek eta bestelako distrakzioek zure ahaleginak zapuzten eta zure erabakia ahultzen saiatuko dira. Baina zoriontsu izan nahi baduzu,

mantendu zure pentsamenduak Jainkoarengana zuzenduta, eta zure ondoan aurkituko duzu.

Lurreko plazerren desirak erakargarri magnetiko bat sortzen du, pertsona lur honetara erakartzen duena, bizitzaz bizitza. Haragira itzultzea ez da beharrezkoa Jainkoarengan beren desirak aurkitu dituztenentzat. Desira bat bete nahi dutenean, horretan pentsatzen dute, eta haien aurrean agertzen da. Nire ama agertu zitzaidan hil ondoren, eta hura ikusteak kontsolatu ninduen eta Jainkoari eskerrak eman nizkion bere ontasunagatik. Egia esan, Bera da Eskuzabalena eta Errukitsuena. Gure desirak betetzen ditu, bere maitasuna eta esker ona erakusteko, gure bihotzetan lehen lekua ematen diogunean.

Pertsona bat Jainkoarengana iristen denean, bizitzaren eta patuaren maisu bihurtzen da. Ez dugu atsedetik hartu behar jainkozko presentzia gure bizitzetan sendo ezarri arte. Berak emango digu irrikatzen dugun guztia eta proban jarriko gaitu.

Bide espiritualean dauden probak eta oztopoak asko eta handiak dira, baina proba horiek igaro eta oztopo horiek gainditzen ditugunean, esan behar dugu: "Jauna, nire otoitzak erantzun eta nire desiorik handienak bete dituzu, beraz, nire bihotza zure presentziaz aberastu da eta nire arima zure argiaz distiratsu dago".

Bakea izan bedi zurekin

Paramhansa Yogananda irakaslearen esanetatik

Jendeak bizitzako gauza batzuk uztearen ideiaz kexatzen da, nahiz eta errealitatean gauza baliotsu askori uko egiten dieten, besteak beste, lasaitasunari, eta batzuetan diruagatik sakrifikatzen diren, eta hori kalte eta .galeraren menpe dago

Jainkoari amore eman eta ikusiko duzu zure bizitza
.melodia erritmiko eder baten antzekoa bihurtu dela

Mundu honetatik barrura begira jarri zure baitan dagoen
.Jainkoaren erreinu zabalera

Lasaitasunaren itsasontzian, gure ametsetatik haratago
dagoen mundu horretara nabiga dezakezu, non jainkozko
iturburua etengabe isurtzen den bihotzaren eta arimaren
.sakonetik

Jauna, lagundu iezadazu bizitzako jokoan nire papera
betetzen Zuri atsegin ematen dizun moduan, ahula edo
indartsua, gaixoa edo osasuntsua, ospetsua edo ezezaguna,
aberatsa edo pobrea izan, maite nauzula eta ez nauzula
.inoiz abandonatuko jakinda

Aberastasuna pertsona bati kendu dakioke, edo kendu
ahal zaio, mundu honetatik irtetean, eta ezin du berarekin
eraman. Bere benetako balioa ekintza onuragarrietan
gastatzean eta norberarentzat eta besteentzat zoriona
ekartzean datza, Jainkoa eta norberaren kontzientzia atsegin
.duen moduan

Beren segurtasunean eta erosotasunean bakarrik
pentsatzen dutenek, besteen beharrak ahaztu edo alde
batera utziz, errealitatean noizbait izango duten pobreziaren
bila dabilta. Ekintza onetarako erabili beharrean, beren
aberastasunari heltzen diotenek ez dute oparotasunik
ekartzen ondorengo bizitzan, baizik eta pobre jaiotzen dira,
aberatsen nahi eta irrika horiekin. Baina beren ugaritasuna
eta oparotasuna besteekin partekatzen dituztenek ontasuna
.eta ugaritasuna erakartzen dituzte noranahi doazen

Borondatez merezi dutenei ematen diezunean, Jainkoa
beti zurekin dagoela eta ez zaituela inoiz utziko ikusiko duzu,
eta ez duzula ezer behar izango. Ez dugu ahaztu behar gure

bizitzak zuzenean Jainkoak eusten dituela, eta gure gogoak,
gure borondateak eta gure jarduerak Jainkoaren menpe
daudela eta Harengandik indarra hartzen dutela konturatzen
garenean, orduan Haren gidaritza zuzena jasoko dugu eta
konturatuko gara gure bizitza bat dela Haren bizitza
.infinituarekin

Meditazioak Jainkoaren existentziaren froga ematen du.

Sentsazio-olatuak gogoaren urmaeetik uxatzen direnean,
jainkozko zoriona sortzen da arimatik. Zoriontasun hau
.dagoeneko existitzen da ariman, baina estalita dago
Ai, Jauna Nire borondatea eta adimena erabiliko ditut
gauza txikiak lortzeko lehenik, eta gero lorpen
.handiagoetara pasako naiz

Anbizio material guztiak lortu arren, zoriontasun
osatugabea baino ez du ematen — eta Jainkoa aurkituz
pozaren gordailu agortezinak aurkituko ditut Eta ez da inoiz
isuri eta korrika egiteari uzten Arimaren lorategi eta belardi
betiberdeetan

Etxea: Garaipen Plaza

Pertsona batek bere bizitza zirrara baten atzetik
bestearen atzetik igarotzen badu, ez du inoiz benetako
zoriontasunaren zaporea ezagutuko. Bizi sinplea izan behar
da eta bizitzari erraz heldu. Gomendagarria da pertsona
batek bakarrik denbora pasatzea, noizean behin bere
ekintzei buruz hausnartzea eta barne bakea praktikatzea,
.sendatzea, gaztetzea eta indar berritua ekartzen baititu

Distrakzioak etengabe badaude eta beste estimulu
batzuek zentzumenak bonbardatzen badituzte, nerbioek
kalte egingo dute ondorioz, energia bizi-kantitate handiak
alferrik galduko dira eta arima tentsio eta larritasun
sentituko da. Gainera, ez litzateke besteak zuzentzeaz
gehiegi kezkatu behar; aitzitik, norbera zuzendu beharko
.litzateke besteak zuzentzen saiatu aurretik

Jakin bedi etxea dela gudu-zelairik handiena. Bere
.etxean aingeru den pertsona edonon aingeru izango da
Ahotsaren gozotasuna eta jokabide nobleak iradokitzen
duen bakea etxean beste edozein lekutan baino gehiago
behar dira

Argia distiratzten duen lekuan iluntasuna ezin den bezala
geratu, gaixotasunaren iluntasuna ere desagertu behar da
Jainkoaren argia gorputzeko zeluletan distiratzten duenean,
.eta gutxi dira egia hau ulertzen dutenak
Jendeak sendatzeko gogo handia sentitzen duenean,
bihotz nahasiarekin otoitz egiten dute Edo etsipen
sentimenduarekin, Jainkoak ez dituela haien otoitzak
entzungo pentsatuz Edo otoitz egiten dute baina ez dute
.itxaroten, beren otoitzak Jainkoarengana iritsi diren jakiteko
Hargailu akastun batekin airean emititzen den musika
entzun ezin den bezala, ezin da Jainkoagandik datozen
osasun, indarra eta jakinduria bibrazioak jaso beldurrez,
kezkaz eta antsietate, zalantza eta ziurgabetasun mota
.guztiekin gaizki funtzionatzen duen aparatu psikiko batekin
Gogora dezagun eta eskerrak eman diezazkizugun,
Jauna, behar eta oparotasun garaian, gaixotasunean eta
osasunean, iluntasunean eta argian, eta egoera guztietan.
Gogora ditzagun esker onez eman dizkiguzun ongizate
egunak. Lagundu iezaguzu fedearen begiak irekitzen,
gaixotasun eta gaitz guztiak sendatzen dituen zure argi
.bedeinkatua ikus dezagun

Nire pentsamendu onen, nire borondate onaren eta nire
jarduera emankor eta onuragarriaren itsasontziaren
kapitaina naiz. Nire bizitzaren itsasontzia gidatuko dut, beti
nire begiak nire hausnarketa sakonaren zeruan dagoen
.bakearen planeta distiratsuan finkatuta mantenduz
Nire pentsamendu sortzailearen trebetasunak erabiliko
ditut egiten dudan guztian arrakasta lortzeko. Jainkoak
.lagunduko dit neure buruari laguntzen saiatzen banaiz ere

Gaur bizitzaren lorategia ahalegin berrituarekin landuko
dut eta jakinduriaren, osasunaren, poztasunaren eta
zoriontasunaren haziak ereingo ditut bertan. Haziak fedez
eta autokonfiantzarekin ureztatuko ditut, eta Jainko
Ahalguztidunaren eskuzabaltasunaren zain egongo naiz uzta
justua emateko. Espero den uzta jasotzen ez badut ere,
esker onekoa izango naiz nire onena egiteko ahaleginetik
.datorren lasaitasunagatik
Jainkoari eskerrak emango dizkiot arrakasta izan arte
saiatzen jarraitzeko gai naizelako, bere graziari esker. Eta
eskerrak emango dizkiot nire bihotzeko desio handiena
lortzen dudanean. Ekintza noble eta duinak bakarrik egiten
.saiatuko naiz, Jainkoaren plazera bilatuz
Mundua ekaitz natural eta humanoz gainezka dago, eta
Jainkoa da babesleku sendoa eta babesleku segurua mundu
honetako ekaitz, urakan eta gaitzetatik. Jainkoa dagoen
lekuan, ez dago beldurrik edo atsekaberik. Benetako
sinestuna irmo eta harro dago bizitzaren borrokan eta
gertaeren arteko borrokan, Jainkoa berarekin dagoela ziur,
kalteetatik babesten duela eta une batez ere ez duela
abandonatzen. Horrela, beldurra desagertzen da bere
bihotzetik eta ziurtasuna nagusitzen da, inposatu ezin
.daitekeen babesa

Beldurrik ez izateak Jainkoarengan eta haren babesean
fedea izatea esan nahi du, eta haren justizian, jakindurian,
errukian, maitasunean eta nonahi dagoen lekuan fedea
.izatea

Beldurrak pertsona baten indar psikologikoa kentzen du,
adimena lainotzen du eta bihotzaren erritmo naturalak
kaltetzen ditu. Gainera, beldurrak asaldura fisikoak eta
gaixotasun psikologikoak sor ditzake. Antsietateari eta
itxialdi psikologikoari amore eman beharrean, pertsonak
ziurtatu beharko luke seguru dagoela Jainkoaren babespean,
Dena Ikusten duenaren eta Dena Entzuten duenaren

babespean, bere gotorleku menderaezinean seguru eta bere
.erruki eta zaintzaz inguratuta dagoela

Afrikako oihanean, gudu-zelaian, gaixotasun edo
pobreziaz jota, norberak konbentzitu behar du Jainkoaren
eskua edozein arrisku baino indartsuagoa dela eta harengan
babesa bilatzen dutenak babesteko gai dela. Ez dago babes-
bide eraginkorragorik. Noski, arrazoia erabili behar da
gertaerei aurre egiteko, aldi berean jainkozko laguntzan fede
osoa izanik. Fedeak ez du esan nahi ausarta ez izatea edo
zorigaitzaren aurrean zentzugabe jokatzea. Aitzitik,
gertatzen dena gertatzen dela ere, norberari baieztatu behar
dio Jainkoa bakarrik dela gai egoera zail eta nekagarrietan
laguntzeko, baldin eta bihotz, arima eta zentzumen guztiekin
.jotzen badiogu Harengana

Zailtasunak elur-jausi baten antzera erortzen direnean,
ez diegu utzi behar gure borondatea paralizatzen edo gure
ikuspegi argia eta ikuspegi jakintsu eta logikoa lausotzen.
Aitzitik, Jainkoarengan dugun fedea eta ongiaren eta
gaizkiaren gure berezko zentzua mantendu behar ditugu, eta
irtenbide bat aurkitzen saiatu. Jainkoaren laguntzarekin,
aurkituko dugu. Azkenean, gauzak hobetuko dira, Jainkoaren
boterea eta mirariak giza bizitzaren kontraesanen atzean
ezkutatuta baitaude. Zirkunstantzien saihestezintasuna
onartzen ez dutenek eta, horren ordean, beren adimenarekin
eta fedearekin beloaren haratago sartzen saiatzen direnek
atea irekita aurkituko dute haien zat, esku sinetsle orok
.jotzen duen atea

Bizitza iluntasunean inguratuta dago, eta batzuetan
estropezu egiten dugu eta aurrera egiteko zalantzak izaten
ditugu. Jainkoaren argia izan behar da gure gidari-lanpara
bizitzaren bide ilunetan zehar ibiltzen garenean. Jainkoa
ilbetea da ezjakintasunaren eta iluntasunaren gauetan,
distira-eguzkia esnatzeko orduetan, gidaritza-argia eta

lurreko existentzia iragankorraren itsasoetan zehar
.dabiltzanentzako gida-izarra

Arazoak munduan jarraituko dute, beraz, nora jo daiteke
gidaritza eta norabide bila? Norberaren pentsamenduak,
ohiturek, aurreiritziek, joerak eta fanatismoak eraginda, ez
dute ezertarako balio, eta norberaren ingurunearen,
familiararen, herrialdearen edo munduaren eraginek ez dute
benetako gidaritzarik emateko. Beraz, Jainkoarengana jo eta
arimaren sakonetik datorren ahots lasai eta bareari entzun
.behar zaio, egiarekin harmonian dagoen ahotsari

Buruko hausnarketaren eta introspektzio espiritualaren
arteko aldea

Pertsona batek bere burua ezagutza teorikoarekin
programatzen badu, grabagailu ibiltari baten antzekoa
bihurtzen da, esaera zaharrak eta esaldi harroak
errepikatzen dituen, eta besteek ikasi eta jakintsutzat
jotzen dituzte. Baina ezagutza hori ez da egiaren pertzepzio
zuzen batek indartzen, ezta lorpen espiritualak ere.
Intelektualizazio edo intelektualizazio mota honek "norbera"
zentzumen-gogoari lotuta mantentzen du, eta hau bera
zentzumen fisikoek mugatzen dute. Ezagutza teorikoak ezin
du jainkozko ezagutza eskuratu, eta komeni da norberaren
denbora preziatua ez galtzea errealitatean aplikatu ezin
diren teorietan, norbera oihan intelektual trinko batean
.galduta aurki ez dadin, teoriaren eremua gaingitu ezinik

Prozesu honek ez du egia ezagutzera eramango, egia
iritzien eta teorien haratago baitago, eta ikuspegi hau
jarraitzen duten askok beren ondorio subjektiboek mugatzen
.baitituzte

Pertsona batek bere gaitasun mentalak dirua eta
ondasun materialak lortzeko soilik erabiltzen baditu, bere
kontzientzia mundu materialera erakarriko da eta

konplexutasun amaigabeetan korapilatuko da. Horregatik, jende jakintsuak dio pertsona batek ez lukeela Jainkoak eman dizkion gaitasun mental guztiak gauza iragankorren bilaketan eskaini behar, materialismoaren labirintoan galdu eta bere buruari muga eta oztopo beharrezkoak ez sortzeko beldurrez. Horren ordeztu, bere gaitasun mentalak bizitzako beharrak lortzeko erabili behar ditu eta bere gaitasun moralak garatzen saiatu behar du, zuzena eta okerra bereizteko, eta kaltegarria eta onuragarria dena bereizteko. Beren ikuspegi espiritualak lantzen dutenean, Jainkoa bere baitan sentitu eta materialismoaren belo trinkoen atzean ezkutatuak egia espiritualak ezagutu ahal izango ditu. .Egoera horri introspekzio espiritualak deitzen zaio

Gure kezkak edozein direla ere, Jainkoak beti izan behar du lehentasuna gure bizitzetan. Hazkunde espiritualaren elementu garrantzitsuenetako bat Jainkoarekin etengabeko eta bihotzeko lotura da, zeinaren bidez pertsonalki eraldaketa positibo eta zoragarri baten lekuko izango zaren, .sakonki txundituko zaituena

Pertsona batek ikuskizun bat ikusi nahi duenean, edo arropa berria edo auto berri bat erosi nahi duenean, ez al da egia bere burua etengabe okupatuta dagoela? Gai horiei eta nola lortu edo lortu behar direnari dagokionez? Ez du atsedunik hartuko bere desioak bete arte, eta nekaezin .lanean jarraituko du desio horiek lortzeko

Horrela, giza adimena Jainkoaz pentsatzeaz arduratu beharko litzateke, eta orduan, desio txikiago eta txikiagoak Jainkoa sentitzeko eta harekin komunikatzeko desio sendo .bihurtuko dira

Buruak Jainkoari bihotzez eta sutsuki xuxurlatzen dionean, arima irrikatsu baten sakonetik irteten dena

Arimaren deiak bihotz kosmikoa ukituko du, eta
.erantzuna etorriko da, poz handia ekarriz berarekin

Xuxurla intelektualak borondate-indarra lantzen du, nahi
.den helburua lortzeko nahikoa indar izan arte

Pertsona baten gogo eta borondatea Jainkoarekin
harmonian daudenean, botere mugagabeaz hornituta daude,
eta, beraz, zerbaitetan pentsatzea nahikoa da hura
gauzatzeko, jainkozko legeak borondate gorenarekin
.harmonian daudenen alde egiten baitu

Nire bizitzako lorpen bikain guztiak Jainkoarekin
harmonian dagoen gogo baten botereari esker lortu dira.
Jainkozko sorgailua martxan dagoenean, nahi dudan guztia
gauzatzen da salbuespenik gabe, lehenik diseinu ikusezin
eta etereo gisa forma hartuz eta gero errealitatean indar
.erresistiezin batekin agertuz

.Hazkundearen sekretua

Bizi dugun esperientzia ororen bidez hazten gara, baldin
eta horietatik ikasgai baliotsuak ikas ditzakegula konturatzen
bagara. Bizi dugun min eta sufrimendu bakoitzak esanahia
.eta helburua du

Proben gogortasuna gorabehera, burdin mea urtzen
duen suaren antzekoak dira, altzairu eder, sendo eta
moldakor bihurtzen duena. Esperientziarenugar erretzaileen bidez sortzen dugun jakinduria benetan
harrigarria da. Bizitzak arazten gaitu, gure oinarritzko izaera
elementu preziatueta bihurtuz, bitxiak bezain garbiak diren
arimekin bizitzeko aukera emanez, altzairua bezain sendoak,
baina malguak eta erresistenteak, zailtasunen eta
.zorigaitzaren presiopean hautsi gabe tolesten direnak

Haserreak desitxuratutako, basakeriak orbaindutako
aurpegiak ikusten ditugunean, haien ikusmenak itsuskeria

gure arimetatik uxatzeko irrika pizten digu; arima hori asmo gaiztoetatik eta gure baitako jainkozko irudi bedeinkatua lausotzen duten gorroto sakonetatik kanpo geratzen da, kedarrak ispilu bat zikintzen duen bezala. Besteen ekintza mingarriek gure portaera hobetzeko eta geure burua kontrolatzeko gogoia piztu beharko lukete gudan, gure pasio .menderaezinen nagusi izan gaitezen, eta ez haien esklabo

Hitz atseginak erremedio zoragarria dira gaitz askotarako, indar magnetiko indartsua, ia magikoa baitute, bedeinkapen eta oparotasun ugari ekartzen dizkiena hizlariari. Hitz lasaigarri eta leunak erabiltzen dituztenek korrante sotil bat sentitzen dute etenik gabe zeharkatzen, lasaitasun ugariz betetzen direlarik. Hau da, korrante hori bere iturri altuagoarekin konektatuta dagoelako, etengabe isurtzen dena eta etengabe arimetara iristen dena harekin harmonian. Orduan, zoriontasun-fluxu hori bakea irrikatzen .duten arimek transmititu ahal izango diete

Egunero, pertsona batek ispiluan begiratzen du bere aurpegia ikusteko, besteen aurrean bere onenean agertu nahi duelako. Zenbat eta garrantzitsuagoa da, orduan, egunero bere buruarekin egotea eta barne-analisiaren ispiluan begiratzea, gainazal distiratsu horren azpian zer dagoen aurkitzeko! Izan ere, kanpotik erakargarria den guztiak barne-niregandik hartzen du bere xarma. Eta ez dago arimaren ispilu garbia zikintzen duen ezer haserrea, erresumina, inbidia eta gorrotoa bezalako distortsio psikologikoek bezala. Espirituaren izaeratik arrotzak diren konposatu horietatik askatzen saiatzen denak barne- .edertasunaren argia barrutik irradiatzen utziko du

Analisiaren bidez, giza arazoak hirukoitzak direla deskubritzen dugu: giza gorputzari erasotzen dioten arazoak eta nahasteak daude, beste batzuk adimenari erasotzen

diotenak, eta hirugarren kategoria bat arimaren bideak
.blokeatzen dituen

Gaixotasuna, zahartzaroa eta heriotza dira gorputzak
aurkitzen dituen zailtasunak eta oztopoak. Gaixotasun
psikologikoak, ordea, gogoan inbaditzen dute tristuraren,
beldurraren, haserrearen, erreprimitutako desioen,
erresuminaren, gorrotoaren, obsesio emozionalen, sukarrez
betetako nerbio-agitazioaren eta gaitasun mentalak
paralizatzen dituen minbizi psikologikoaren bidez.
Gaixotasun arriskutsuena, ordea, arimaren gaixotasuna da,
ezjakintasunean agertzen dena, eta hortik sortzen eta
.hedatzen dira beste gaixotasun guztiak

Munduan ongia gaizkia baino gehiago dago

Zalantzak sortzen zaizkigunean, pertsona handien
bizitzak gogoratu beharko genituzke. Egia da gizakiak
garela, baina Jainkoak gutxitan erabiltzen ditugun botere
apartekoak eman dizkigu. Beraz, zergatik dardarka egon
zahartzaroaren, gaixotasunaren eta atsekabearen beldurrez?
Ahal duguna egin beharko genuke gure gorputzak zaintzeko,
baina ez genuke beldurrei amore eman behar edo
.ezjakintasun-pilen azpian lurperatu behar

Gorputza ez da pertsona osoa

Mundu honetan ongiak gaizkia gainditzen du, Jainkoa
baita botere gorena. Baina gaizkia gertatzen zaigunean, uste
dugu ez dugula botererik hura kontrolatzeko edo haren
.atzaparretatik ihes egiteko

Gaizkiaren ekaitzak etorriko dira nahitaez, baina haien
ondorioak gainditu eta haien gainetik altxa gaitezke

Ez ziguten bizitza eman suntsitzeko, baizik eta
betikotasunaren kontzientzia txertatzeko, eta egia hau
.gogoratu behar dugu

Pentsamendu askatasunik gabe, ezin da norbera modu garbi, espontaneo eta naturalean adierazi. Gogoratu .funtsean libre zarela. Borondatearen indarra beti da librea

Zure borondate-indarra behar bezala erabiltzen baduzu, karma ona sortuko dizu, baina jende gehienak ez du aldatu nahi eta ez du ahaleginik egin nahi, beraz, zailtasunen .aurrean erortzen dira eta ez dira gai erronkei aurre egiteko

Norberak nahi duena egitea ez da askatasuna, gizakiak bere desioek mugatuta baitaude, eta, beraz, haien ekintzek ezin dute askatasun deitu. Benetako askatasunak jakinduriak gidatutako borondatearekin dena egitea esan nahi du. Pertsona batek bere iraganeko ekintzen ondorioak kontrola ditzake, eta ondorio horiek nahitaez etorriko dira, bere borondatea aktibatzen badu eta ekintza on eta onuragarrietarako erabiltzen badu. Zure ekintzak arrazoiz eta borondatez egiten badituzu, zure aurreko ekintza okerren indarrak ahuldu egingo dira eta zure ekintza onen .ondoriozko ohiturak indartu egingo dira

Etengabe desiratzen dugu falta zaiguna eta ezinbestekoak ez diren gauzei atxikitzen gara Zerbaitek gugana iristen denean, aldi baterako galtzen dugu gure borondate askea Ekialdekoak antzinako ohituren esklabo diren bezala, mendebaldekoak ere ohitura modernoan esklabo dira Geure patua sortzen dugu eta horri lotuta geratzen gara

Zergatik jaiotzen da haur bat familia gaizto batean eta beste bat familia on batean? Bakoitzak bere askatasuna erabili zuen iraganean (aurreko bizitza batean) modu jakin batean bizitzeko eta, horrela, egoera horiek ekarri zizkioten .bizitza honetan

Ez dago benetako askatasunik Jainkorik gabe. Berarengan pentsatu behar dugu etengabe. Gure kezkak eta

pentsamenduak edozein direla ere, Jainkoak lehen lekua izan behar du gure bihotzetan, eta berarekin benetan lerrokatuta gaudenean, edozein unetan egin behar duguna lortzeko .gaitasuna izango dugu, bere jainkozko laguntzarekin

.Ikaslearentzako aholkuak

Ikasleetako batek Paramhansa irakasleari auto-hobekuntzarako aholku batzuk eman zizkion, eta honek esan zuen: Maitatua izan nahi baduzu, hasi zure maitasuna behar .dutenak maitatzen

Eta besteengandik espero baduzu, izan zaitez leial eta fidel haiekin, zuri leialak izan daitezzen

Besteek gaiztakeriaz eta maltzurki jokatzearagotzi nahi baduzu, ez utzi engainua zure pentsamenduetan .sartzen, eta ez jokatu besteei kalte egiten dien moduan

Besteek zurekin sinpatia izatea nahi baduzu, hasi .haiekiko enpatia erakusten, batez ere ingurukoekiko

Besteek errespetatzea nahi baduzu, errespetua erakutsi .behar diezu bai gazteei bai helduei

Besteengandik bakea nahi baduzu, harmoniazko bizitza .bat bizi behar duzu

Jendea erlijiosoa izatea nahi baduzu, izan zaitez izaera espiritualaz eta utzi besteei sentiarazten eredu ona zarela .eta zugean fidatu eta fidatu daitezkeela

Laburbilduz, besteek erakustea nahi duzun guztia. Ezaugarri onetako bat zure bizitzan lehenik erakustea da, eta ikusiko duzu jendeak modu berean erreakzionatuko .duela zurekin

Zure bizitzan hobetu behar diren arloak identifikatzen badituzu etsipenik edo gutxiagotasun konplexurik garatu

gabe, eta zure izaera hobetzeko etengabe lan egiten
baduzu, orduan horretan ematen duzun denbora askoz
emankorragoa izango da besteek beren burua hobetzea nahi
baduzu baino. Zure adibide positiboak eta portaera onak
zure nahiek, haserreak eta hitzek baino botere handiagoa
.dute besteak aldatzeko

Jauna, zu zara ontasun ororen iturria eta botere ororen
jatorria. Bedeinka gaitzazu, zure bedeinkazioak islatu
ditzagun gure osasunean, gure adimen-asmoetan eta gure
adierazpen espiritualetan. Zu zara izarren distira, atomoen
energia, bihotzen adeitasuna eta egiaren edertasuna.
Lagundu iezaguzu zure botere gorenaz, zure jakinduria
.infinituaz eta zure benetakotasun mugagabeaz betetzen

Jauna, aitortu dezagun zu zarela osasunaren iturria,
bizitzaren ozeanoa eta ulermen eta ezagutza ororen iturria.
Askatu gaitzazu ezjakintasunetik eta haren ondorioetatik,
beldurretatik eta kezkatik, eta utzi zure jakinduriaren
uholdeak gure bizitzetatik hondakin eta hondakin guztiak
.eramaten

Urratu, Jauna, zure aurpegia ezkutatzen diguten beloak.

Ikus zaitzagun argi distiratsu gisa, gure bizitzaren
horizontean dauden eguzki ugari bezala. Senti zaitzagun
etengabe berritzen ari den botere gisa, gure pentsamenduak
inspiratzen, gure arimak elikatzen, gure gorputzak eusten
.eta gure ametsak betetzen dituen

Amen

Jende gehienak ez daki zergatik. Lurrean daudenetik,
bizitzaren helburua desioak betetzea dela uste dute,
bizitzarako beharrezkoak diren gauzak lortzea, plazerra eta
maitasun gizatiarra bilatzea, eta azkenik, azken deitzaileari
.amore ematea

Jendeak bere bizitza programatzaile gisa hasten du
iraganean bete ez ziren joera eta desio espezifikoekin, eta
geratzen zaien borondate apurrarekin saiatzen dira besteen
desioak eta ekintzak imitatzen; negozio-gizonekin elkartzen
badira, haien antzekoak izan nahi dute; eta artistekin
.elkartzen badira, artea dena bihurtzen da haientzat

Jainkoak mundu honetan praktikoak izatea nahi du.
Gosea eman digu, eta asetzeko lan egitera behartzen gaitu,
baina janaria, aterpea, dirua eta ondasunak bakarrik
bilatzeak esan nahi du gizakiak bere zoriontasunaren iturria
.ahazten duela

Egia da gure beharrak lortzeko lan egin behar dugula
eta gure helburu legítimoak lortzen ahalegindu behar
dugula, baina lehenik eta behin, gure bihotzak Jainkoari ireki
behar dizkiogu eta haren gidaritza eta onespena bilatu
egiten dugun guztian. Orduan, ziur aski, bizitzako eskolan
arrakasta izango dugu, zeren eta guretzat onena den eta
behar duguna den Kudeatzaile eta Hornitzaile
Gorenarengandik jasoko baitugu norabidea. Horregatik, gure
konfiantza harengan jarri eta haren nahi jakintsuaren menpe
.jarri behar dugu

Paramahansa irakaslearen hitzaldietatik

Arimaren barne zoriontasuna plazer sentsual iheskorren
geruza lodi batek estaltzen duenean, espirituaren urrezko
distira ahuldu egiten da, eta arimaren gaitasun gardenak
materiaren dentsitatearen atzean ezkutatzen dira.
Norberaren gogoia jeloskortasun eta inbidiara erakartzen
denean, eta beldur eta kezka hodeiek inguratzen dutenean,
zorigaiztoko, zorigaiztoko eta garaitu bihurtzen da. Baina
arreta bera maitasunera, bakera eta harmoniara bideratzen
.duenean, zoriontasun sakona bizitzen du

Arimak zoriontasuna sentitzen du sufrimendu eta miseriarekin nahastutako desio fisikoetatik espirituaren bertute gardenetara aldatzen denean, gozamen sublimeekin .beteta

Arima munduko plazer zakarretan guztiz murgiltzen bada, axolagabe bihurtzen da poz handiagoen bilaketarekiko eta ez da gai gozamen espiritualak bizitzeko. Askoren ustez, plazer materialak uko egitea ia ezinezkoa da mundu honetan edo gai materialen inguruan soilik pentsatzen duten pertsonen artean bizitzean. Hala ere, ez da beharrezkoa pertsona arruntak mundua utzi eta mendietara eta basoetara erretiratzea lasaitasuna eta bakea aurkitzeko. Aitzitik, mundu honetan geratu beharko luke, korrante indartsuek eraman gabe, bizitza honetako olatu nahasiek .gainezka ez ditzaten

Pertsona batek ez luke negatiboki jokatu behar bere inguruarekiko, eta aldi berean ez luke materialismoak bere ikusmena itsutzen utzi behar, bere izaera espiritualarekin harremana galdu eta zoriontasunaren pozak dastatu eta .jainkozko argiak ikusteko gai izan ez dadin Bizitza, bere funtsarekin, osagaiekin eta helburuekin, ulertzeko zaila den puzzle bat da, baina ez ezinezkoa konpontzea, eta gure pentsamendu aurrerakoiarekin, .egunero argitzen ditugu bere sekretu batzuk

Aro honetako printzipio zientifiko zehatzetan oinarritutako gailuak ikusgarriak dira, zalantzarik gabe, eta zientziak dakartzan aurkikuntzek bizitza hobetzeko moduen ikuspegi argiagoa ematen digute. Baina ditugun ekipamendu, asmakizun eta estrategia guztiak gorabehera, oraindik ere patuaren eskuetan dauden txotxongiloak bezala gaudela dirudi, eta bidea luzea da oraindik naturaren .kontrolpetik askatu aurretik

Zalantzarik gabe, naturaren menpe bizitzea ez da askatasuna. Gure gogo sutsuak ezintasun sentsazioak gainezka eta lotzen ditu uholdeen, urakanen edo lurrikaren biktima garela sentitzen dugunean, edo gertaerek -arrazoi logikorik gabe- bihotzean ditugun maiteak kentzen dizkigutenean. Orduan konturatzen gara ez ditugula garaipen asko lortu, eta ez garela gai izan zirkunstantzia kaltegarriak gainditzeko. Izan ere, bizitza nahi dugun bezalakoa izan dadin ahalegin guztiak egin arren, beti agertuko dira zirkunstantzia batzuk lurreko eszenatoki honetan, eta gutxi dakigun gogo boteretsu batek zuzendutako gertaerak, gure iritzi eta borondatearekiko guztiz independenteki lan egiten duena. Egin dezakegun .onena lan egitea eta hobekuntza batzuk egitea da

Garia landatu eta irina egiten dugu, baina nork sortu zuen lehenengo hazia? Irinarekin egindako ogia jaten dugu, baina nork eman zien gure gorputzei hura digeritzeko ?gaitasuna? Eta nola eraldatu janaria elikaduran

Bizitzako txoko guztietan badirudi ezinbesteko esku jainkotiar bat dagoela. Ezin ditugu gure gaiak kudeatu hura gabe, eta ditugun ziurtasun guztiekin ez dakigu noiz utziko dion bihotzak funtzionatzeari. Horregatik, ausardiaz fidatu beharra dago jainkozko botere gorenean, eta gure goi-nian fidatu beharra dago, zeinaren arabera modelatzen garen .ahalguztiduntasun horretatik datorren

Harrokeriarik gabeko fedea izan behar dugu, eta .bizitzako bideetan konfiantzaz ibili

Izua eta dardararik gabe, eta larritasun eta konfinamendurik gabe

.Alergiei aurre egitea

Sentikortasuna gainditzea arte delikatua da, eta erreakzionatzeko azkartasuna kontrolatzea garrantzitsua da .nortasun orekatu eta osoa garatzeko

Sentikortasuna gaizki-ulertuetatik, gutxiagotasun konplexutik, harrotasun puztutik eta ego gehiegizko batetik .dator

Pertsona batek bere sentimenduak mindu direla uste duenean, pentsamendu horrek bere buruan errotzen da, nerbioak piztuz, eta gero tentsio eta matxinada bihurtzen dira. Haserrea pizten da bihotzean zauritutako emozioengatik. Hala ere, pertsona batzuek beren emozioak kontrolatzeko gaitasuna dute, beraz, kanpoko seinaleak ez dira agertzen barruan duten amorru bizia izan arren. Beste batzuek beren haserrea berehalako erreakzioen bidez adierazten dute, begi-muskuluetan eta aurpegiko keinuetan agerikoa dena, eta ahozko erantzun zorrotz eta kodetuen .bidez

Gehiegizko emozionaltasunak ondorio larriak ditu; egoera zailtzen du eta ezegonkortasun desiragarria sortzen .du, besteengan negatiboki eragiten duena

Ahalegin handiak egin behar dira autokontrola eta lasaitasuna lantzeko, ulermen eta harmonia giro bat sustatuz, tentsioaren ordezkari bakea sustatzen duena eta estresaren kea uxatzen duena. Horrela egiten dutenak beren patuaren jabe izango dira eta ingurukoek esker oneko eta .errespetuzko sariak jasoko dituzte

Gehiegizko sentikortasuna jende gehienak partekatzen duen ezaugarria da, eta emozio irrazional hori pizten denean, ikuspegia itsutu eta jakinduriaren begiak lainotzen ditu. Are okerrago, gehiegi sentibera den pertsona horrek uste du primeran pentsatzen, sentitzen eta jokatzeko ari dela, !baina, egia esan, bere portaera guztiz okerra izan daiteke

Jende askok uste du bere buruari erruki egin behar diola
kritikatzen zaienean, eta auto-errukiak arintzea ematen
diela. Baina drogazaleek bezala, zenbat eta gehiago hartu,
.orduan eta handiagoa bihurtzen da haien mendekotasuna

Pertsona oso sentiberak askotan alferrik sufritzen du.
Gehienetan, inork ez daki bere atsekabearen kausa edo bere
kexaren izaera, eta horrek areagotu egiten du bere buruari
ezarritako isolamenduan angustia. Ezer ez da lortu irain edo
kritiketan isilean hausnartuz. Askoz hobe da
hipersentikortasun horren erroko kausak analisi
.objektiboaren eta autokontrolaren bidez jorratzea

Alergia mota honek ondorio larriak ditu; bihotza sua
bezala kontsumitzen du eta bakearen ehunak suntsitzen
ditu. Beraz, zentzuz, logikoki eta borondate irmoarekin
.jokatu behar da

Gogor lan egiten dut guztiei zerbitzatzeko, baina
hausnarketarako bakardadean erretiratzen naizenean, ez
diot inori uzten nire hausnarketa oztopatzen. Beste gai
batzuek itxaron dezakete, baina Jainkoarekin dudan
.eguneroko hitzordua ezin da alde batera utzi edo ahaztu

Edozein ekintza egin aurretik, gelditu eta arretaz aztertu
ondorioak eta zure gogoan, gorputzean eta ariman duten
eragina. Konpultsioak bultzatutako ekintzak ez dira
askapena, harmoniaren eta aurrerapenaren legeen aurkako
ekintzek norbanakoa mugatuko baitute. Alderantziz,
bereizketak eta norberaren kontzientziarekin bat datozen
.ekintzak bertutetsuak dira eta askatasuna dakar

Zerbait ona egitea erabakitzen duzunean, edo zerbait
txarra egiteari uko egitea, eta erabaki horri eusten

diozunean eta horren arabera jokatzeko ditzun, jakin
.ezazu zure askatasun zatia ugaria dela

Jainkoak nahi du eman zaigun aukeratzeko askatasuna
erabiltzea hura bilatzeko eta aurkitzeko, baina ez du bere
.burua inposatu nahi guri

Jainkoarengana hurbiltzeko eta hura ezagutzeko nahia
ez da berez sortzen, baizik eta aktibatu eta elikatu egin
behar da. Nahi hori gabe, bizitzak ez du baliorik edo
.zaporerik

Utzi zure ikuspegi espiritualak zure pentsamendua
gidatzen eta arrakastak zurekin jarraituko du edonora
.zoazela ere

Jainkoari eskaintzen dizkiot nire ahotsa, nire eskuak,
nire oinak, nire bihotza, nire gorputza, nire sentimenduak,
nire borondatea eta dena

Maitasuna gerra guztiak amaitzen dituen arma
espirituala da

Lur honetatik haratago, betiko utzi gintuzten horiekin
.berriro elkartuko garen mundu mugagabeak daude

Mundu honetako bizitza etengabe aldatzen ari da,
atsekabea atsekabearen atzetik doa, ilusioak ilusioen
gainean. Gure kontzientziaren basamortuan agertzen den
mirari hau desagertu egin behar da, eta gure benetako nia
.esnatu behar dugu materiaren belo trinkoen azpitik

Ez saiatu zure itxaropenak bizitza honetan oinarritzen.
Non dago zure bermea? Jainkoaren ezagutzan babesten
.zarenean bakarrik zaude seguru

Arimaren funtsa lur azpian lurperatutako urre zaharra
bezalakoa da. Lurra urrea kendu eta kontenplazioaren

urarekin garbitzen denean, berriro distiratzeko du purutasun
.eta argitasun osoz

Jauna, ikus dezagun zer den ona, pentsa dezagun
pentsamendu osasuntsuak eta elkartu gaitezen izaera
onekoekin. Lagundu iezaguzu zuek pentsatzen eta zu
kontenplazten, zuzentasun ororen iturria eta ontasun ororen
.jatorria zarena

.Ahultasunetik askatasuna

Ahultasuna gainditzeko modurik onena horri buruz
pentsatzeari uztea da; bestela, ahultasunaren ideiak zure
kontzientzia gaindituko du eta zure barnea menderatuko du.
Argia geure baitara ekartzen dugunean, iluntasuna
.desagertuko da inoiz existitu ez balitz bezala

Idea horrek inspirazio zoragarriak ekartzen dizkit

Milaka urtez iluntasunean inguratuta egon den kobazulo
batean argia sartzen denean, iluntasuna berehala
desagertzen da. Era berean, ahuleziak eta akatsak
desagertzen dira Jainkoaren argia gure kontzientzian sartzen
uzten dugunean, eta ezjakintasunaren iluntasuna ezin da
.iraun. Hau da bizi behar dugun filosofia

Atzerapena alferrikakoa da Bizitzaren gorpila ez da inoiz
biratzeari uzten, eta gure bizitzako egunak azkar pasatzen
dira Argi pentsatzen eta zentzuz jokatzeko ematen dugun
minutu bakoitza gure zoriontasunean inbertsio arrakastatsu
.eta errentagarria da

Jende askok bizitza osoa diruaz, sexuaz eta ospeaz
pentsatzen ematen du, eta gutxitan jartzen dute arreta
lasaitasuna ematen dieten eta kontzientzia maila
.altuagoetara igotzen duten gauza funtsezkoetan

Pertsona baten rola zenbateraino apala izan arren,
Jainkoaren begietan arrakastatsutzat hartzen da bere
denbora zentzuz erabiltzen eta bere pentsamenduak
.norabide egokietan bideratzen badaki

Jainkoaren argia pertsona baten gainean distiratzten
denean, ez du ezer behar duenik sentitzen, gainezka egiten
dion pozak bere amets guztiak betetzen baititu eta sakonean
sentiarazten baitio aberatsen artean aberatsena eta bizitza
.honetako zoriontsuen artean zoriontsuena dela

Argiaren tunela

Pentsamendu argituek, ekintza onek, sentimendu
atseginek eta hausnarketa sakonek esnatzen duten
kontzientzia espirituala begi espiritualaren bidez senti
dezakete gorputzetik irteten direla irteeraren azken unean.
Lurreko egonaldian, yogiek begi espiritualaren tunela ikusten
dute materiaren eta espirituaren arteko mugan, eta Lurra
uztean, tunel argitsu honetan sartu eta mundu honetatik
Jainkoaren argi, poz, bake eta askatasun absolutuko erreinu
.infinitura igaro daitezke

{Argia argiaren gainean}

Gorputzaren lanpara begi [espirituala] da

Begi bakarra baduzu

Orduan zure gorputz osoa argiz beteko da

Eta argia iluntasunean distiratzten du, eta iluntasunak}

{ez zuen konturatu

Altruismoa besteen atsekabeak sentitzea da, haiengana
hurbiltzea, haiekin komunikatzea, haien zorigaitzean zinez
kontsolatzen saiatzea, haien pozaz gozatzea eta
beldurraren, beharren eta antsietatearen mamua
.haiengandik urrun mantentzeko ahal dugun guztia egitea

Altruismoaren espiritua duenak ez du kalkulu eta itxaropen mugatuen arabera jokatzeko, baizik eta bere ikuspegia eta epaiketa ona erabiltzen ditu eta bere buruari eta besteei laguntzen die, Jainkoari eskerrak emanez lortzen duen arrakastagatik. Behin edo hainbat aldiz huts egiten badu ere, ez da etsitzen, baizik eta erabaki handiagoz hartzen du, ahaleginak bikoiztuz eta saiakera errepikatuz, ideia eta bide berriak arakatuz, arrazoiaren argiak gidatuta, eta Jainkoaren laguntza bilatuz bere helburua lortu eta bere .asmo noblea lortu arte

Besteak zoriontsu egiteko lan egiten duena Jainkoak zoriontsu egiten du barne-erosotasun psikologiko baten bidez. Eta laguntzen saiatzen ari denengatik zerbait galtzen badu, ez du galeratzat hartzen, trukean Jainkoaren plazerra eta lasaitasuna lortzen baititu. Maitatzeko, lan egiteko, emateko eta ontasunaren eta bakearen haziak gizateriaren .zelaietan ereiteko bizi da

Bere mundu pertsonala pentsamendu eta sentimenduetan gaintzen duenak bere kontzientzia zabaltzen du, enpatia areagotzen du eta mundua bere etxea eta gizateria bere familia dela sentitzen du. Lur honetan duen existentziaren helburua bere burua eraberritzea dela konturatzen da, besteak eraberritzen saiatu aurretik, bere burua eraberritzen duenak besteei bere burua eraberritzen laguntzen baitie bere bizitzaren adibidearen bidez. Ekintzek eragin sakonagoa eta eragin sakonagoa dute besteen .arimetan hitzek baino

Geldialdi laburrak

:Zintzotasunaren distira

Batzuek irribarrez saiatzen dira arazoetatik ihes egiten, baina ihesaldi mota horrek kontzientzia garbia eskatzen du, hipokresia eta engainurik gabekoa. Pertsona batek bere

buruarekin eta besteekin zintzo jokatzeko duenean, eta
nobleziak eta osotasunez jokatzeko duenean, begiak argi
bihurtzen zaizkio, eta distira paregabea dario:
.zintzotasunaren distira ezinbestekoa

:Zintzotasuna

Batzuek gauza asko esaten dituzte zintzotasunaren
izenean, baina ezin diezu guztiei denari buruz hitz egin.
Aholkuak eta orientabideak eskaintzen dituzunean, batzuek
gaizki ulertzen dituzte zure hitzak eta ez dute ezer lortzen
esaten duzunarekin; alferrik galdutako ahalegina da eta
eskertu gabeko ahalegina. Kasu hauetan isiltasuna urrea da,
baina horrek ez du esan nahi inola ere gaizki egindakoaren
.inguruan isildu behar denik

:Auto-harmonia

Auto-harmonia benetan zoragarria da. Jende gehienak
badaki zein zaila den besteekin harmonian egotea, baina
inoiz pentsatu al duzu zure buruarekin harmonian egoteaz?
Izugarri zaila da, baina posible da. Zeure burua aztertzen
baduzu, konturatuko zara etengabe zaudela zure buruarekin
desadostasunean. Zeure burua maite ez baduzu, ez duzu
beste inor maitatuko. Eta pertsona bat ez badago bere
buruarekin harmonian, nola egon daiteke besteekin
?harmonian

Norbere buruaren harmonia ezinbestekoa da
munduarekin harmonia izateko. Beraz, ezinbestekoa da
zeure burua baloratzea eta maitatzea, maitasun hori merezi
baituzu. Norbera maitatu behar da, Jainkoak sortu gaituelako
eta potentzial noblez hornitu gaituelako. Barne-ni hau
maitatzeak, bertute handiko ezaugarriak betetako esentzia
honek, jokabide noblea inspiratzen du eta adimena
ezpurutasunetatik eta bihotza gaiztakeria eta erresuminatik
.garbitzen ditu

:Literaturaren iparrorratza kalibratzea

Ezin da norberaren kontzientzia engainatu, gaiztakeria justifikatu edo jokabide okerraren ondorioetatik ihes egin, beste planeta batera bidaiatuko balitz ere. Norberaren ekintzen ondorioek laguntzen dute, eta norberak zuzendu eta kalibratu egin behar du bere iparrorratz moralak, orratza .beti norabide egokian seinalatzeko

Batzuek baldintzarik txarrenetan bizi dira eta, hala ere, harmonia handian daude beren buruarekin; beste batzuek, berriz, aukera guztiak eta behar duten guztia dute eta, hala ere, etengabeko gatazkan daude beren buruarekin. Beraz, ez da itxaron behar zirkunstantziak aldatzeko. Konbentzitu zeure burua ondo zaudela zure ingurunea gorabehera, agian .nahi duzunaren desberdina izan baitaiteke

Zirkunstantziek baldintzatzen dutenak gauzak aldatzeko .zain daude, eta luzea izango da itxaronaldia

Esaten da gizon batek hemezortzi hizkuntza menperatzen zituela, baina hain pobrea zen, ezen ez baitzuen irakurtzeko lanpara bat ordaindu ahal. Beraz, izkina batera joan eta kale-argi baten azpian esertzen zen irakurtzera. Egia esan, borondatearen indarrak baliabideak sortzen ditu, aukerak sortzen ditu, itxaropena berritzen du, zereginak betetzen ditu eta nahiak eta ametsak betetzen .ditu

Jainkoa ezagutzen dutenekin benetako komunikazioa haiekin harreman pertsonalaren, haien idatzien irakurketa hausnartzailearen edo haien hausnarketa sakon eta atseginaren bidez egin daiteke. Gogoratu beharreko puntu garrantzitsua: haien kontzientziarekin harmonian dago, eta .hau Jainkoarekin harmonian dago

Jainkoa maite duten arima handiekin gure kontzientzia

lerrokatzen dugunean, harmonia horrek pixkanaka gure bizitzak modu miragarri batean eraldatzen ditu. Harmonia honek ez du borondatea esklabo bihurtzen, baizik eta bere irismena zabaltzen eta bere boterea indartzen du. Hau da egoz betetako eta lor dezaketenaz kezkatuta dauden pertsonekin harmonian egotearen eta Jainkoaren eta gizateriaren maitaleekin harmonian egotearen arteko aldea, zeinen helburua haiekin harmonian daudenen arimetan jainkozko maitasuna eman eta esnatzea den. Bedeinkatu diren pertsona hauen magnetismoak jainkozko .magnetismoarekin harreman estuan jartzen gaitu

Gogoan izan behar dugu gure beharrak asetzeko ahaleginak egiten ditugun bitartean, besteei behar dutena lortzen lagundu behar diegula eta bizitzan ditugun gauza onak zorte gutxiago dutenekin partekatu. Gogora dezagun munduko familia baten parte garela eta ezin garela familia .handi hau gabe bizi

Nolakoa izango litzateke bizitza arotzik, asmatzailerik, nekazaririk eta besterik gabe? Emanez eta jasoz, eta zerbitzuak trukatzuz, Jainkoak nahi du besteengan pentsatzea eta haiekin enpatizatzea. Akats larria da norberarentzat bakarrik bizitzea, besteak kontuan hartu gabe. Gure zoriontasunaz pentsatzen dugunean, besteen zoriontasunaz ere pentsatu behar dugu. Ez gaude behartuta daukagun guztia eman behar mundu osoko familiaren ongizaterako, hori ezinezkoa baita. Aitzitik, besteekin enpatizatu eta ahal duguna egin beharko genuke haiei laguntzeko eta haien .zama arintzeko

Badago erlazio bat arrakastaren eta arimaren gogobetetasunaren artean, norbanakoak bizi den .ingurunearen testuinguruan

Benetako arrakasta zuzentasunaren printzipioekin bat datorren jokabidearen emaitza da, eta besteen zoriontasuna eta ongizatea barne hartzen ditu norberaren gogobetetzearen zati gisa. Printzipio hau bere bizitza materialean, mentalean, moralean eta espiritualean aplikatzen duen edonork arrakastaren definizio hau osoa eta .zabala dela ikusiko du

Jendeak arrakasta modu ezberdinetan pentsatzen du bizitzako helburuen arabera. Batzuetan, batzuek lapurretarekin parekatzen dute, "Lapur arrakastatsua da!" bezalako gauzak esanez. Horrek erakusten du ez dela arrakasta guztia desiragarria; gure arrakastak ez luke .besteei kalte egin behar

Arrakastarako beste baldintza bat harmonia eta emaitza positiboak ekartzea da, ez bakarrik geure buruarentzat, baizik eta abantaila horiek besteekin ere partekatu behar .ditugu

Finantza-arrakasta lortzeak ez du esan nahi merezi dugunaz gozatzea bakarrik; baita ere beste batzuei bizitza hobea sortzen laguntzeko erantzukizun morala izatea. Adimena duen edonork irabaz dezake dirua, baina bihotzean maitasuna badu, ezingo du diru hori modu berekoian erabili; .horren orde, duena besteekin partekatuko du

Dirua madarikazio bihurtzen da zikoitz eta zikoitz jendearen eskuetan, baina bedeinkapena eta oparia da .eskuzabalak eta bihotz onak dituztenentzat

Arima onek arima onak erakartzen dituzte eta haietara erakartzen dira

bizitza honetan denbora laburrerako gaudela , eta ondoren beste mundu batera goazela, eta mundu horren maila gure pentsamendu mailaren eta lurreko egonaldi

honetan egiten ditugun ekintzen kalitatearen arabera
.dela

Nor dira gure benetako senideak? Pertsona jakintsuarentzat, denok gara senideak, eta bakoitza "auzokidea". Noski, pertsona jakintsua gai da bereizteko eta ulertzen du eguzkiak ikatz zati bati eta diamante bati argia ematen dion arren, diamanteak, ikatza ez bezala, argia distiratsu jasotzeko eta islatzeko gaitasun paregabea duela. Diamante bat bezain pentsamendu eta sentimendu garbiak dituztenen konpainia bilatu behar da eta denbora eskaini behar zaio lagun zintzoak aurkitzeko. Bizitza garbi eta zintzoa dutenek garbitasunez eta zintzotasunez markatutako lagunak erakarriko dituzte, eta bereizketarik gabeko sen hutsalen arabera bizi direnek, berriz, antzeko lagunak erakarriko dituzte

Ideal eta printzipio gorenak baloratzen badituzu, komenigarria da ideal eta printzipio horietan sinesten ez duten eta pentsamenduak nahasten eta aldartea asaldatzen duten pertsonekin ez elkartzea, haien bibrazioek zure bibrazio maila jaisteko. Aldi berean, ez baztertu inor zure maitasun zirkulutik

Gainera, pertsona batek ez luke maitasuna eman bakarrik, bakea ere egin behar du, noranahi joan, harmonia eta lasaitasuna sor ditzan, ingurukoak bere presentzia atseginarekin freskatuz. Inork ez du mofeta usain txarreko baten ondora hurbildu nahi —barkatu esamoldea—, denek saihesten dute. Era berean, pertsona urduri, inpultsibo eta eztabaidazale batek besteak gogaitzen eta uxatzen ditu. Loratzen ari diren arrosak bezalakoak izan nahi dugu, bihotza gozatzen duen usain gozoa dariotenak. Saiatu gaitzen bakearen usaina eta ontasunaren haizeak zabaltzen, noranahi goazen eta bizi garen lekuan

Jainkoaren erreinua ez dago hodeien artean edo
espazioko leku zehatz batean. Begiak ixten ditugunean
ikusten dugun iluntasunaren atzean dago, eta mediatu eta
otoitz egiten dugunean, kopetan dagoen espirituaren begia
irekitzen da gure baitan, eta argi bedeinkatu bat ikusten
dugu eta gorputzeko zelula guztiak zeharkatzen dituen poza
sentitzen dugu, eta beloa altxatu dela eta Jainkoaren
.erreinurako ate sekretu bat ireki dela sentitzen dugu

Jainkoa etengabe berritzen den poza da, dena hartzen
duen poza. Bat sentitu behar dugu gure baitan bizi den eta
.ininitua inguratzen duen poza horrekin

Materia trinkoaren bibrazio-mugen atzean kontzientzia
ininitu eta guztiz inguratzailea dago, deskribapenik gabea
bere aintza, zabaltasun eta mugagabetasun osoan. Hau da
zeruko erreinua, betiereko, mugagabea eta amaigabeko
.zoriontasun kontzientea

Arimaren pertzepzioak zabaltzen direnean, eta bere
presentzia nonahi sentitzen duenean, orduan jainkozko
.espirituarekin bat egiten du

Gloria Ininitu Absolutuari, horizontean tronuratua, zerua
ozeanoarekin bat egiten duen tokian Eta gloria Ininitu
Gorenari, gure barneko bakean tronuratua; barneko
.Ininituan zentratuz, bere botere mugagabea jaso dezakegu

Liburuak aztertuz edo jendearengandik lortutako
ezagutza ezagutza mugatua da, Jainkoagandik zuzenean
lortutako ezagutzak, berriz, jakinduriaren boterea,
ziurtasunaren distira, bihotzaren lasaitasuna eta arimaren
.bakea ematen ditu

Jauna, irakatsi ieza dazu kontzentrazio sakonarekin otoitz
egiten eta meditazioa bihotzeko irriekin nahasten, eta utzi
.nire bihotza egunero Zureganako maitasun hutsak garbitzen

Karmaren mugak askatzea

mentala edo fisikoa izan, kontzientea edo ,
inkontzientea izan, eragin espezifikoa du pertsona baten
bizitzan. Iraganeko ekintzak ez dira duela egun, hilabete edo
urte egindakoak bakarrik, baita iraganeko bizitzetako
.ekintzak ere

Hilda zeunden, eta Hark eman zizun bizitza; gero
hilaraziko zaitu, gero bizitza emango dizu berriro; gero
Harengana itzuliko zara

Norberaren ekintzen ondorio onak eta txarrak Bizitza
honetan, arrasto hauek inkontzientean edo subkontzientean
gordeta geratzen dira, eta pertsona batek aurreko
enkarnazioetatik daraman (edo bere arimak daraman)
ondorioak inkontzientean haziak bezala lozorroan daude,
une karmiko zehatz batean ernetzeko eta hazteko
zirkunstantzia egokien zain. Karmaren legeak, gauzak
orekatzen dituenak, ekintza eta erreakzioa, kausa eta
.efektua, ereitea eta uzta biltzen ditu

Pertsona bakoitzak bere patua moldatzen du bere
pentsamendu eta ekintzen bidez, eta askatzen dituen
energiak, jakintsuki edo ergelkeriaz izan, nahitaez itzultzen
dira abiapuntu gisa, zirkulu bat zehaztasun osoz osatzen den
bezala. [Galdera da] borondatezko bilatzaileak bere
iraganeko ekintzen ondorio saihestezinak edo predestinazioa
deitzen dena aurrez aurre jarri behar al ditu —bere
borondatearen aurka—? Erantzuna ezezkoa da: Jainkoa
legea eta maitasuna da, eta zintzotasunez eta fede osoz
Harengana jotzen duen, bere ekintzak jainkozko legearekin
lerrokatzen dituen eta Jainkoaren maitasun baldintzagabea
bilatzen duen bilatzaileak, zalantzarik gabe, zama astunak
arintzen eta egoerak hobetzen dituen bedeinkapen
.jainkotiarra jasoko du

Jainkoak ilusioz betetako mundu honetan jarri gaitu, eta
badaki gure sufrimendua eta jasaten ditugun probak eta
atsekabeak. Gizakiok sakonago sakontzen dugu ezjakintasun
espiritualaren barne-iluntasuna bekatuan itota eta haren
sakonetik ihes egiteko indarrik gabe sentitzen dugunean.
Hobe da beraientzat beren burua zuzentzen ahalegintzea,
jainkozko errukiaren bihotzetik laguntza eta errukia bilatuz,
Jainko maitekor, errukitsu eta barkatzailearen barkamena
.esperoz

Jainkoarekin dugun lotura estua konturatzen garenean,
zer karma lotu gaitzake? Ez utzi inork konbentzitzen zure
mina eta zailtasunak zure karmaren ondorio direla. Zure
esentzian espiritu gisa, ez duzu karmarik. Aitzitik, egia hau
konturatu behar duzu zeure buruari baieztatuz bizitzaren,
argiaren eta indar kosmikoen esentziarekin bat zarela.
Gertaera hau konturatzen bazara, ez duzu ezer beldurtzeko,
eta Jainkoak ate asko irekiko dizkizu eta aukera asko
.emango dizkizu

Zure bizitzak daraman bidearekin deseroso bazaude,
aldatu zure pentsamoldea eta kargatu zure zentzumenak
.energia positiboz eta zuk zeuk ere aldea sentituko duzu

Ez dago jendeak galdutakoagatik deitoratu eta
atsekabetu beharrik, edo beren zorigaiztoko egoerak bizitza
honetan edo iragan urrunean egindako akatsei egotzi behar
zaizkie, hori utzikeria espiritual mota bat baita. Jardun egin
behar dute eta belar txarrak errotik kendu bizitzaren
lorategitik, eta orduan lore gozoenak eta bizienak loratuko
dira eta fruitu goxoenak eta desiragarrienak emango dituzte.
.Bere graziaz, Goi-Goikoak

Jainkoari men egiteak ez du esan nahi gure borondatea
ez erabiltzea gure gauzak hobetzeko eta Jainkoak gure
egoerak ahaleginik gabe konpontzea itxarotea, Jainkoak bere
.buruari laguntzen diotenei laguntzen baitie

Kontua da Jainkoarengana nola joan ikastea gure
borondatea gidatzeko eta gure ahalegin egokiak
bedeinkatzeko eta indartzeko. Amore emateko borondate
ezaren oztopoa gainditzen dugunean, Jainkoarengan
aurkitzen dugu mundu honetan inork eman ezin digun
babesa, eta baita inongo probak gainditu ezin duen indarra
.ere

Edonork ezar dezake Jainkoarekin harreman berezi bat,
baldin eta badaki Jainkoari bihotza irekitzen eta haren
jainkozko presentzia irrikatzen, eta horrek poza eta
.ziurtasuna ekartzen ditu

Pertsona batek Jainkoaren behar sakona sentitzen
duenean, Haren gabe ezin duela bizi jakinda, Jainkoak modu
batera edo bestera erantzuten diola ikusiko du. Baina
lehenik sentimendu sendo hori landu behar du, erantzuna ez
.baita berez etorriko

Jainkoari gure bizitzan lehen lekua ematen ez badiogu,
gure kontzientzia egoera antsietatea eta nahasmena izango
da, eta ez gara gai izango bizitzaren eskakizun amaigabeei
.modu logiko eta egokian aurre egiteko

Eta zein da desira hori garatzeko modua? Zoritxarrari
edo zailtasunei aurre egiten diegun bakoitzean, eta
bihotzean astuntasun bat sentitzen dugun bakoitzean,
Jainkoarengana jo eta laguntza eskatu behar diogu, jakinda
Jainkoa maite duenak eta bere gogoan eta bihotzean
gordetzen duenak bere egoera hobetuko dela. Bere egoera
.hobera aldatzen ari da

Eterra nahasi eta irabiatzean, gure bihotzeko otoitz eta
dei zintzoekin, jainkozko erantzunaren funtsa aterako dugu,
.janaria, sendaketa eta zoriona dituen

Elikagai espirituala irrikatzen dutenentzat, iraganeko frustrazioak eta porrotak ez dira garrantzitsuak. Horietatik ikasgaiak atera daitezke, eta berriro saiatu daiteke, saiakera hasieratik errepikatuz. Arrakasta bermatuta egongo da, Jainkoaren laguntzarekin, porrotak etsitzen ez dituen guztientzat, tragediek ahultzen ez dieten erabakia dutenentzat eta fede irmoz sinesten dutenentzat. Jainkoak irauten dutenak laguntzen dituela bide onetik doazenentzat, eta itxaropena, indarra eta baikortasuna ematen dizkiela, .azken helburua lortu arte eta bizitzaren helburua lortu arte

Pentsamendua elektrizitatea bezalako indarra da, eta egoera psikologikoak. Pentsamendura eta pentsatzeko .modura itzultzen da

Elektrizitatea onuragarria eta kaltegarria da aldi berean; zentzuz erabiltzen duenak bere zerbitzura jartzen du. Bestela, elektrokatatu egin dezake. Eta berdin pentsatzen da. Bide onetik zuzentzen bada, zorientasuna ekartzen dio .jabeari, bestela arazoak

Pentsamendua zaldi basati baten antzekoa da, baina heztea ez da ezinezkoa, eta pentsamendu positiboa .pentsamendua kontrolatzeko modu bat da

Pentsamendu ona lagun mina da eta gogo gaixoa etsai etengabea da

Pentsamendu onak bakea eta segurtasuna erakartzen ditu, eta pentsamendu osasungaitzak, berriz, jabearengan bikoiztu egiten diren gezi hilgarriak jaurtitzen ditu. Hortik dator esaera: "Saria ekintzaren mota berekoa da". Asmo onak bidaltzen dituen bitartean, bere pentsamenduak zuzi bihurtuko dira, arimaren ganberak argituz eta iluntasun pilak uxatuz, erosotasun sakona senti dezan eta bere begiek poztasun irribarre batekin distiratu daitezen! Iraun dezala .irribarrea zure begietan. Eta bakea izan bedi zurekin

Bizitza errota bat bezalakoa da, proba eta
esperimentazio emankorraren haziak ehotzen dituen
bizitzaren ogia egiteko Bide bihurgunetsu bat bezalakoa da,
alde banatan lore oparoak dituen, tximeleta distiratsuak
eta adarretan fruitu goxoak dituzten zuhaitzak, baina
gutxitan gelditzen gara Goza dezagun bere ikuspegiaz eta
dastatu dezagun bere gozotasuna; izan ere, askotan
zalantzan gaude Eremu zabalagoetara iristeko, uste dugu
ikusi ditugunak baino ikuspegi atseginagoak daudela Baina
pixkanaka urruntzen garen heinean Bide loretsu eta
emankorretatik, freskoak baino ilunagoak diren zuhaitzak
aurkitzen ditugu, eta gero loreak desagertzen dira Eta
haiekin batera, tximeletak eta baita fruituak ere, basamortu
.antzuari aurkitzeko bakarrik

Giza bizitza itsasoetako uren antzekoa da, araztu eta
fresko bihurtzen direnak. Goiko atmosferara igotzen
zarenean bakarrik. Goizeko amets baten antzekoa da,
adinarekin distiratsuagoa bihurtzen dena, gauzak orduan
argiagoak eta bereziagoak diruditelako. Bidaia baten
antzekoa da, paisaia aldatzen baita distantziak bidaiatzen
ditugun heinean. Gero, paisaia bera aldatzen da hurbiltzen
.garen heinean, eta abar

Bizitzak ez ditu jakintsuak hutsik egiten, trebetasunez
kudeatzen baitute eta gozatzen baitute, haien gaineko
kontrola hartu eta askatasuna kentzen utzi gabe. Adibidez,
uraz gozatzen dute. Eaten dute eta bertan bainatzen dira,
baina ez dute bertan itotzen uzten. Gustuko dituzten arropaz
gozatzen dute, azalekotzat jotzen diren formalitateei eta
formalitateei gehiegi atxiki gabe. Jateaz gozatzen dute,
jateko gogoak kontsumitzen utzi gabe, gehiegi jateak
gorputza ahultzen baitu eta pertzepzioak irensten baititu eta
erabat suntsituko du. Beraz, pertsona batek bizitzaz gozatu
beharko luke, baina zentzumenak murgiltzearen bidez
.agortu gabe

Besteekin ondo moldatzeak ez du esan nahi haiekin
guztiarekin ados egotea edo idealak haien mesedetan
sakrifikatzea, konformismo estilo hau ez baita desiragarria
eta ez baitator bat egiarekin. Erreformatzaileek eta gizon
handiek ez zuten bat egin Inguruko hainbeste jenderekin,
baina hala ere, beren idealari eutsi zioten, egiten ari zirena
.guztiz zuzena zela konturatu zirelako

Lehenik eta behin, norberak Jainkoarekin harmonian
egon behar du, gero norberaren kontzientziarekin eta gero
.jendearekin

Printzipioa ez da arriskuan jarri behar, eta ez da
ezkutuko motiboetara jo behar helburu jakin bat lortzeko,
.hori ez baita egokia printzipiodun pertsonentzat

Nork bizi dezake Jainkoa atsegin duen moduan? Ez egin
kalterik besteakri, ez baitute beldurrik izan behar. Ikuspegi
honek besteak asetzen ez baditu, nahikoa da pertsona bat
barrutik eroso sentitzea eta jendearen onespentik
.independente egiten duen barne-bakea sentitzea

Jainkoarengana jotzean arimaren indarra eta nahia
Magnetismo espiritualak deitzen zaio Eta magnetismo
honekin arimak bedeinkazioak eta bibrazio finak erakartzen
ditu Eta giza esperientzia on guztiak, ontasuna eta
zuzentasuna gogorarazten dizkiotenak

Magnetismo espiritualak Pertsona bereganatu erakartzen
eta erakartzen duen boterea da Lagun onak Eta gauza
funtsezko eta garrantzitsuak Eta gauzen ulermen intuitiboa
Botere hau Jainkoaren indar magnetiko erakargarritik dator

Bakearen kandela

Hartu lapiko mental bat, bete ezazu zure bakearekin

Hartu nire sentimenduen botila, bete ezazu zure
 ,errukiaz

Hartu nire arimaren saski hutsa, bete ezazu zure
jakinduriaren fruituekin

Isuri zure maitasunaren ura nire ariman, isuriko dut
 .egarri den arimaren edalontzietan

Eraitsi egoaren hormak, murgildu nazazu zure
.presentzia osoan

Maitasunaren egunsentiaren izpia

Utzi iezaiozu nire bihotzeko irekiduretatik begiratzan

Zure maitasunaren eguzki-argia ekartzen dit gogora

Nire bizitzako zeruan zehar zabaltzen

Zure maitasunaren argi distiratsua distira egin du

Neure buruaren gainean, eta argitu egin zen

Zure argiak bete zuen nire espazio espirituala

Nire gorputza eusten duen bizitza zara

Eta nire pentsamenduak inspiratzen dituen gogoak

Eta nire ezjakintasuna uxatzen duen jakinduria

Nire maitasunaren kandela mehea pizten dut

Urrezko liburua irakurtzeko

Antzinatik nire baitan gordeta

Zure maitasuna izan zen eta oraindik ere bada

Bakearen kandela ikusezina

Iluntasuna uxatzen duena eta zure mezuak erakusten
dizkidana

Bloga bihotzen orrialdeetan dago

Ager bedi zure aintza, Jauna

Zure jakinduriaren argia uxatu bedi

Ezjakintasuna, desadostasuna eta inbidia

Lurraren ertzetik betiko

Gure ahultasuna indar bihurtu

Eta ahuldu ginen erabakitasunera

Kargatu gure gorputzak elektrizitate biziarekin

Eta bete zure sendatzeko argiarekin adimena eta arima

Hartu gure eskua Zure axolagabekeriaren uretan ito ez
gaitezen, eta bete gure izatea Zure maitasunez eta
jakinduriaz. Senti dezagun zuregandik oso gertu gaudela eta
.Zure errukiaren eguzkiak etengabe distira egiten digula

Nire xuxurlatzen ari diren eta bizitzen ari diren
pentsamenduen loreak jartzen ditut

.Isiltasunaren egituran

Bere usain isila abesten du

Eta zure aintzak abesten ditu

Eta zure argi santuaren distirarekin

Zure existentziaren edertasuna ikusten dut

Nire amets zoriontsuak egia bihurtzen dira

Zure argia nire ariman distiratzen denean

Beloak jakinduriaren suarekin distiratsu daude
Zure aintza ikusten dut, eta nire poza handitzen da
Jainkoak bere argiarekin argitu zaitzala

Eta agurra arimaren partetik zuretzat

Munduak eskakizun eta betekizun asko ezartzen dizkigu,
eta haien garrantziaz eta haiek gabe bizitzearen edo haiek
gabe bizitzeko ezintasunaz konbentzitzen gaitu. Baina
oinarrizko baldintza Jainkoaren bakea lortzea izan behar da,
zeinaren iturriak ez diren inoiz agortzen eta zeinaren
iturburua ez den inoiz agortzen, eta bizitzako guztiari
.zaporea eta zentzua ematen dion

Gogora dezagun Jainkoa dela gure izatearen funtsa, eta
maitasuna dela haren aurpegi loriatsuari begiratzeko leihoa.
Jainkozko presentzia sentitu nahi duen eta irrika sublime hori
pentsamenduan eta ekintzetan elikatzen duen edonori,
Jainkoak bere eskaera beteko dio eta argi bedeinkatuak
.ikustea eragozten dieten beloak urratzen lagunduko dio

Bidean aurrera egiteko erabakia hartu duenak ez du
ezerk kikilduko, ezta oztoporik ere bere helburura iritsi eta
.bere bihotzeko nahia lortu arte

Perla eta Harribitxi Espiritualak

Besteen ahuleziak agerian uzten dituztenak eta lotsa
eta haserrea eragiten dietenak urrun daude jakinduriatik eta
epaiketa onetik. Bekatua gutxietsi behar dugu, ez bekataria,
espirituz gure anaia baita, inguratzen eta biltzen duen
ezjakintasunaren iluntasuna gorabehera. Kondenazioaren
helburua sendatzea izan behar da, ez harrotzea eta
zauritzea. Gure anaia bekataria haren lekuan eta egoeran
egongo bagina tratatuak izatea nahiko genukeen bezala
.tratatu behar dugu

Mundu honetan bere anaiaren akatsak ezkututzen
dituenak, Jainkoak haren akatsak ezkutatuko ditu
Hurrengoan

Besteak epaitzen ditugun bezala, lege espiritualak gu
ere epaitzen gaitu neurri berean. Ez genuke gehiegi espero
behar besteengandik, ezta emaitza onak espero behar
.inorengandik, nahiz eta ahal duten guztia egin

Pertsona bat erori eta estropezu egin dezake, baina
seguru egongo da bertutearen eta zuzentasunaren eskailera
.berriro igotzeko ahal duen guztia egiten duen bitartean

Egunero saiatu beharko genuke pazientearen espiritua
fisikoki, psikologikoki edo espiritualki altxatzen gure
inguruan, geure buruari edo gure senideei laguntzen diegun
.bezala

Gaurtik aurrera jainkozko legeen arabera bizitzen
saiatzen denak -zailtasunak eta miseria dakartzan bizitza
berekoiz zaharraren ordeztu- ikusiko du, bizitzan duen rola
edozein dela ere, rol garrantzitsua izaten jarraituko duela,
baldin eta bere betebeharra ahalik eta gehien betetzen badu
antzezlan kosmikoaren zuzendariaren eta gure patu guztien
.maisuaaren norabidearen arabera: Jainko Ahalguztidunarena

Besteekin benetako zintzotasunez, benetako
maitasunez eta sentimenduekiko errespetuz elkarreragiten
dugunean, lagun onak ekarriko ditugu gure bizitzetara,
interes pertsonalek edo kalkulu berekoiek inolako kontuan
hartu gabe; bestela, ezingo ditugu gure benetako lagunak
.ezagutu

Hipokrisia eta itxurakeriak alde batera utzi behar dira,
.eta besteak nahita kaltetu gabe jokatzeari

Lagunak ez dira haserretu, gutxietsi edo antagonizatu
behar, ezta gurekin sentimendu desatseginak izateko

arrazoirik eman behar ere. Lagunak ez dira gaizki tratatu, esplotatu edo eskatu gabeko aholkurik eman behar, eskatu ezean. Aholkua eskatzen denean, zintzotasunez eta adeitasunez eman behar da, ondorioen beldurrik gabe. Lagunek elkarri laguntzen diote kritika eraikitzaile eta .anaiaren bidez

Bizitzako esperientzia zailek ez dute gure borondatea paralizatzera eta garaitzera etortzen, baizik eta gure erabakia zorroztera eta Jainkoarenganako fedea eta gure autokonfiantza indartzera. Batzuek uste dute oker esperientzia eta erronka hauek gaindiezinak diren indar suntsitzaileak direla, eta beraz, amore ematen dute. Pentsamolde osasuntsua ezinbestekoa da gure barne indarra aktibatzeko, bizitzari eta bere probei eraginkortasunez aurre .egiteko

Pertsona batek bere burua baino indartsuagoa den norbaitekin lehiatzen ez badu, ez da indartsu bihurtuko. Era berean, gure zailtasunei ausardiaz eta gogo-sendotasunez aurre egiten diegunean, indartsuago eta erresilienteago .bihurtzen gara

Gure adimenak Jainkoaren kontzientzia osoaren parte dira. Gure kontzientziaren olatuaren azpian dago bere kontzientzia infinituaren ozeanoa. Olatuak ozeano handiagoaren parte dela ahazten duenean, ozeano-botere horretatik bereizten da. Ondorioz, pertsonen adimenak ahuldu egiten dira muga materialen ondorioz eta ez dira gai lan emankorrik eta ekoizpen ugarirako. Adimenek ezjakintasunaren hautsa astintzen dutenean eta beren botereak lotzen dituzten kateak hausten dituztenean, gaiago bihurtuko dira sormenerako eta bizitzarekin elkarreragin .positiboa izateko

Idea jakin bati tinko eusten diozunean eta borondate sendoz betetzen duzunean, idea hori indar dinamiko

bihurtzen da. Eta pentsamendua dinamiko bihurtzen denean,
arrakastarako ingurune egokia sor dezake, gogoan
.marraztutako mapa ikusezinaren arabera

Jendeak huts egiten du bizitzako egoera gogorreari amore
ematen dietelako, amore eman gabe erresistentzia egin
.beharrean

Borondatea aktibatzea eta erabiltzea beharrezkoa da

Lasaitasunaren santutegian sartzen direnek Jainkoa
maite duten beste arimekin espiritualki komunikatu
daitezke, eta arrosen eta izaki bizidun guztien hizkuntza uler
.dezakete

Jauna, izan zaitez nire maitasunaren eta irrikaren
gainean tronuan dagoen Errege bakarra

Meditazioa egiten dutenek bake sakona sentitzen dute,
eta barne-lasaitasun hori mantendu behar da besteekin ere.

Meditazioan ikasten dena eguneroko jardueretan eta
besteekin elkarreraginean praktikatu behar da, inork bere
.bakea edo lasaitasuna asaldatzen utzi gabe

Ohitura on bat sortu edo ohitura txar bat ezabatu nahi
duzunean, ohitura desberdinen mekanismoak dauden
.garuneko zeluletan zentratu

Ohitura on bat ezartzeko, lehenik eta behin lasai eseri
eta meditatu, jainkozko laguntza bilatuz. Zure gogoan
borondatearen erdigunean zentratu, bekainen arteko
kopetan kokatua, eta irmoki berretsi zure garunean txertatu
nahi duzun ohitura. Ohitura txarrak ezabatu nahi dituzunean,
zure arreta borondatearen erdigunean ere jarri eta irmoki
berretsi ohitura horiek errotuta dauden ildo guztiak
ezabatzen ari direla. Arreta eta borondatearekin, ohitura
zahar eta errotuen ildo sakonenak ere ezaba ditzakezu.
Ziurtatu zeure buruari behin eta berriz garuneko eskualdetik

ohitura osasungaitzak errotik kentzeko nahikoa borondate
.duzula

Baieztapen horretarako unerik egokiena goizaldea da,
.borondatea eta arreta erne daudenean

Jarrai ezazu zeure buruari agindu guztietatik libre
zaudela baieztatzen eta egunen batean ikusiko duzu -
Jainkoaren laguntzarekin- kendu nahi zenuen ohitura
.horretatik askatu zarela

Edozein dela ere zure beldurra, uxatu zure
pentsamenduak eta utzi Jainkoari. Sendotu zure fedea
.Jainkoarengan eta fidatu zaitez laguntzeko gai dela

Sufrimendu asko kezkatik eta antsietatetik dator.
Zergatik sufritu behar duzu beldur zarena oraindik gertatu ez
denean? Imajinatu Jainkoaren babes-argia alde guztietatik
inguratzen zaituela, eta haren babes zoragarria sentituko
.duzu

Gure antsietate gehienak beldurretik sortzen direnez,
beldurra gure bizitzetatik kentzen badugu, libre sentituko
gara eta sendatzea berehalakoa izango da. Gauero, oheratu
aurretik, baieztatu zeure buruari Jainkoa zurekin dagoela,
.babesten eta zaintzen zaituela

Drama kosmiko honetan, arraza guztietako gizakiek
bizitzaren istorioa antzezten dute denboraren eszenatokian.
Bizitzaren esanahia ulertu behar dugu gure rol
.iragankorrekin gehiegi kezkatu edo obsesionatu gabe

Bizitzaren pertzepzioa askotan distortsionatua eta
desbideratua dago, egoismoaren begiekin eta horizonte
mugatuekin begiratzen dugulako. Arimaren begiekin
begiratuko bagenu, gauzak ikuspegi guztiz desberdin batetik
.ikusiko genituzke

Jakinduriaren begia irekitzen dugunean, Jainkoaren argi
osoa ikusten dugu, eta argi horretan gure izaera espiritual
hautematen dugu, unibertsoaren partikula eta atal guztiak
zeharkatzen dituen kontzientzia unibertsalaren izaeraren isla
.dena

Egia espiritualek inguratzen gaituzte, gure begi itxien
ateetan jotzen dute, iluntasunaren ordezkaria ikustera
animatzen gaituzte, ezjakintasunaren ordezkariak
jokatzera, gorrotoaren ordezkariak maitasunez gure bihotzak
betetzera eta bakea ezartzeko eta ugaritasuna eta
segurtasuna gure mundura ekartzeko lankidetzan aritzera.

Hori egiten dugunean, ezjakintasuna desagertuko da,
egoeraren desberdintasunak desagertuko dira, batasuna
ikusiko dugu erroldan eta jainkoen nahiarekin
.harmonianago egongo gara

Jainkoarekiko dugun harremana ez da hotza edo
maitasunik gabekoa, enplegatzaile baten eta langile baten
artekoa bezalakoa. Bere familia gara, etengabeko ardura du
gurekin, eta beti entzuten gaitu. Bere izatearen parte gara,
.eta Harekin dugun harremana bizirik eta bizia da

Gure Sortzaileak maitasun, ulermen, ikuspegi,
borondate on eta indar espiritual agortezin batez hornitu
gaitu, baina gehienok aberastasun hori ezerezean xahutu
dugu. Jainkoak segurtasunean, bakean eta lankidetzan
atseginean bizitzea nahi du, familia noble eta maitekor bati
dagokion bezala, baina gutizia eta kalkulu berekoiak errotu
dira gure bihotzetan eta desadostasuna erein dute gure
.artean

Jainkoak nagusi izatea nahi gaitu, baina guk esklabo
izatea aukeratu dugu

Gizakia bere zeruko etxetik urrundu da eta
Jainkoarengandik hurbil eta Jainkoa berarengandik hurbil

sentitzearen barne-paradisua galdu du, eta ezingo du
.paradisu hori berreskuratu ahalegin pertsonalik gabe

Jainkoak bere irudian sortu gintuen, baina egia hau gure
burutik ihes egin du. Gure patua zailtasunak direla eta gure
patua suntsipena direla dioen ilusioari amore eman diogu.
Ilusioaren beloa jakinduriaren sastakaiarekin urratu behar
.dugu atzean dagoen egia distiratsua ikusteko

?Nor gara eta zein da gure benetako izaera

Gizakiek desberdintasun nabariak dituzte, bai beren
osaera psikologikoan edo emozionalean, bai bizitzan
betetzen dituzten roletan, bai egiten dituzten lan eta
jardueretan, bai sentitzen dituzten desioetan. Baina
desberdintasun horien guztien azpian gizaki orok,
salbuespenik gabe, nahi eta behar dituen bi gauza daude.
Bata mina eta nahi mota guztietatik askatzea da. Bestea
zoriontasun osoa eta iraunkorra da: asebetetze osoa, non
.bakea, maitasuna, jakinduria eta poza dauden

Egia esan, gizakiek lortu nahi dutena Jainkoa da, izen
hori erabili edo ez. Jakintsuek diote Jainkoa zoriontasunaren
funtsa eta zoriontasunaren espiritua dela, eta inork ez du
asebetetze osoa biziko iturri kosmikotik zuzenean edaten ez
.badu. Hau funtsezko puntua da giza egoera ulertzeko

?Baina non bilatzen du jendeak bilatzen duena

Munduko gauzetan bakarrik bilatzen dute: ondasunetan,
kanpoko egoeretan eta beste pertsonekin ditugun
harremanetan. Baina ezinezkoa da mundu honetako ezertan,
inorengan edo edozein egoeratan aurkitzea, sorkuntzaren
.izaera bera kontuan hartuta

Sorkuntza dualtasunaren printzipioan oinarritzen da
Ezinezkoa da kolore bakarreko irudi bat izatea, ez baitago
modurik bere aurkakoa gabe moldatzeko Era berean,

ezinezkoa da existentziaren edozein alderdi dualtasunetik
isolatuta existitzea Hala ere, pertsonak motibatzen dituzten
desioak aztertuz, ikusten dugu bakoitzak gauza onak,
atseginak, ederrak eta positiboak bakarrik nahi dituela, ezer
desatsegin edo desiragarririk ez izateari aurre egiteko
inolako gogorik gabe Baina hori ezinezkoa da

Mundu dualista honetan, ez dago plazerrik mina gabe,
ez argirik iluntasunik gabe, ez onik gaizkirik gabe, ez
bizitzarik heriotza gabe. Txanponaren bi aldeak
bereiztezinak dira. Horrek esan nahi du gure baitan
.sakonean irrikatzen duguna ezin dela mundu honetatik lortu

Jendeak bilatzen du —bai, beren indar guztiarekin
bilatzen dute— baina ez dute bilatzen dutena aurkitzen, eta
horrek etsipena eta itxaropenik eza sortzen ditu. Horrek ez
du etsipena bakarrik eragiten, baita haserre handia eta
haserre bizia ere, eta ondorioz, indarkeria ekintzak. Hori
guztia gertatzen da bilatzen dutena leku egokian bilatzen ez
dutelako, eta, ondorioz, ez dute aurkitzen beren bihotzek
.nahi dutena

Gure garaiko jendeak ez daki asko bizitzaren esanahiari
eta xedeari buruz, eta, beraz, nahasmena eta nahasmena
.jasaten dituzte

Berez, gizakiak helburu bat duten izakiak dira. Bizitzan
helbururik ez badute, eta beren adimena, energia,
borondatea eta emozioak modu positibo eta eraikitzailean
zuzentzen ez badira, bide suntsitzaileetara joko dute, hala
nola alkoholaren eta drogen gehiegizko kontsumora,
indarkeriara jotzera, eta abar. Bizitzaren azken helburua
Jainkoa ezagutzea da, eta norbanakoei dagokie beren rolak
eta kanpoko jarduerak harmonizatzea ekintza zuzenen,
ikuspegi sendoen, jarrera positiboen eta beren emozioen
.bideratze onuragarriaren bidez

Gure izaeraren bi alderdi hauek —barneko edo alderdi
espirituala eta kanpoko alderdia— ez dira kontrajarriak,
behar bezala ulertzen badira. Aitzitik, elkarri laguntzen diote
eta gure gaitasun eta potentzial fisikoak, psikologikoak,
emozionalak eta espiritualak garatzen eta hobetzen
.laguntzen digute

Jendea hutsune handi batean bizi da, estimulazio
intelektualik edo psikologikorik gabe. Aspertuta sentitzen
dira helburu faltagatik eta beren bizitzari balioa eta zentzua
eman diezaiokeen ezeren faltagatik. Batez besteko pertsona
gai izan daiteke psikologikoki eta mentalki osasuntsua balitz
?bezala funtzionatu eta jokatu, baina zoriontsuak al dira

Bizitzaren helburu nagusia nor garen eta zein den gure
benetako izaera jakitea da. Bizitzaren alderdi sakonenei
merezi duten arreta ematen badiegu, zoriontasuna sentituko
dugu ezinbestean, gizakiaren zoriontasuna norberaren buru
espiritualarekin konektatzearekin lotuta baitago, eta hori
.gabe ez dugu existentziarik edo izaterik

Porrotaren edo gaixotasunaren beldurra etengabe
pentsatzeak elikatzen du, porrotaren ideia kontzientetik
subkontzientera igaro eta azkenean goi-kontzientziara iritsi
arte. Ondoren, subkontzientean eta goi-kontzientzian
errotuta dagoen beldurra ugaltzen eta hazten hasten da,
kontzientea beldur-belarrez bete arte, eta hauek ez dira
ernetzen hasten den hasierako pentsamendua bezain erraz
ezabatzen. Belar kaltegarri hauek, azkenean, fruitu pozoitsu
eta hilgarriak ematen dituzte. Zorionez, bere sustraiak
barrutik ezaba daitezke ausardian arreta handia jarritz eta
Jainkoarengan fede absolutua txertatuz, eta Jainkoarengan
fedea txertatuz, gai baita bere buruari lagundu eta
.kalteetatik babestu nahi dutenei laguntzeko

Bazen behin, itsasoaren gainazalean burbuila txiki bat
flotatzan ari zen, ekaitz eta tximistaz mesfidati, ahots bat

xuxurlatzen entzun zuenean: "Bizitzaren burbuila txikia, zer
"?gertatzen zaizu

Ez al dakizu bizitzaren ozeanoaren parte zarela?

Burbuila txikiak ingurura begiratu eta konturatu zen
.horretaz

Giza kontzientzia burbuila txiki bat bezala flotatzen da
kontzientzia kosmikoaren itsasoaren gainazalean, burbuila
iragankorra dela pentsatuz, gaixotasunaren, pobrezia-aren eta
heriotza-aren beldurrez dardarka. Ai burbuila, beldur al diozu
ozeanoari? Begiratu ingurura eta behatu arretaz. Aldatu zure
ikuspuntua zure ingurune hurbiletik Jainkoaren eremu
ininitura. Sakondu, zabaldu zure ulermena, jakin eta ziur
egon zaitez. Bat zarela bere itsaso zabalarekin, eta
Jainkoa zurekin dagoela. Babesten zaitu, eusten zaitu, orain
.eta beti

Tranpak eta tranpak saihestea

Bihotzean desio sendo bat sentitzen duzun bakoitzean,
hura betetzera bultzatzen zaituena, erabili bereizmena eta
galdetu zeure buruari: "Bete daitekeen desio ona al da hau,
ala oharatu behar ez den desio txarra?". Desio material
osasungaitzek gure ohitura txarrak sustatzen dituzte
itxaropen faltsuak eta zoriontasun ilusorioa emanez. Kasu
horietan, bereizmenaren boterea erabili behar da egia
agerian uzteko. Ohitura txarrek, azken finean, zoritxarrera
eramaten dute. Beren benetako izaera agerian geratzen
denean, indargabe bihurtzen dira pertsona bat
sufrimenduaren tranpetan eta miseriaren tranpetan
.harrapatzeko

Hausnarketak eta istorioak

Bizitzan eta heriotzan, atsekabe eta hondamendietan,
Zuregan dudan fedea, Jauna, sendo eta sendo mantentzen
.da, irmo eta astintzezin

Nire irrika eta erregu bakoitzak ateak eta leihoak
irekitzen ditu nire ariman, eta horietatik Jainkoaren
.zoriontasunera igarotzen naiz

Eguzkiak leku jendetsuenetan distiratzten duen bezala,
jainkozko maitasunaren izpiak ikusiko ditut nire bizitzako
.arlo guztietan eta eguneroko jardueretan

Bedeinka nazazu, Jauna, egunsentiarekin batera nire
.arima esnatu eta zure atari bedeinkatura eraman dezadan

Orein muskatuaren istorioa

Musk usain indartsua duen substantzia preziatua da,
Himalaia garaian bizi den orein muskatuaren zilborrean
.aurkitzen dena

Oreinak adin jakin batera iristen denean, musk
liluragarria bere zilborretik isilpean isurtzen hasten da, eta
oreina usain erakargarri horrekin asaldutzen da eta dantzan
.hasten da usain atsegin horren iturria bilatzen

Leku batetik bestera mugitzen da, harkaitzen artean eta
zuhaitzen azpian usaintzen, usain zirraragarri horren iturria
.nonahi bilatuz

Azkenik, haserretu, asaldatu eta antsietate handiagoa
sentitzen du hitzik gabe geratzen denean eta irrikaz eta
.grinaz bilatzen ari dena aurkitzen ez duenean

Muskaren iturrira iristeko azken saiakeran, harkaitz-
labar garaietatik haran sakonera salto egiten du bere patuari
aurre egiteko eta heriotza aurkitzeko, eta une horretan
ehiztariek harrapatu eta muskaren zakua edo guruina
.ateratzen diote

Zentzu honetan, poeta argituetako batek honelako
:zerbait errexitatu zuen

!Ai orein muskatua, ergela
?Zergatik sufritzen ari zara? Zergatik zaude logabe

Musk hau eskuragarri dago
!Sabel-zakuarekin, ergela
Sudurrarekin ukitu arren
Zuregandik dator usain sekretua
Espero zenuena irabaziko zenuke
Eta gastatu gabe bizi izan zinen

Ez al duzue uste, lagunok, jende gehienak orein
muskatuak bezala jokatzeko duela? Beti eta beti bilatzen dute
.zoriontasuna beren buruetatik kanpo

Bai, zoriontasuna jolasean bilatzen dute, eta desio eta
irriketan nekearen nekea agortu arte murgilduz.
Aberastasunaren bide irristakorretatik igotzen dira,
azkenean itxaropen handien amildegietatik frustrazioaren
eta porrotaren harkaitzetara salto egin arte, beren arimaren
sakonuneetan gordetako benetako zoriontasuna aurkitu ezin
.dutenean

Gure pentsamenduak barrura begiratzen baditugu eta
sakon hausnartzen badugu, arimaren lasaitasunean
aurkituko dugu bilatzen dugun benetako eta iraunkorraren
.zoriontasunaren iturria

Ez dugu orein muskatua bezalakoa izan behar,
zoriontasunaren bila leku okerretan hiltzen. Aitzitik, erne
egon behar dugu eta zoriontasuna geure baitan aurkitzen
.saiatu behar dugu, ez geure kanpoan

.Botoiaren istorioa

Behin gizon bat etorri zitzaidan bihotzeko gaixotasun
:kroniko bat zuela esanez, eta gaineratu zuen

Gauza asko probatu ditut, baina ez naiz gai bihotzeko"
"mina kentzeko

Lasai pentsatu ondoren, guraizeak ekartzeko eskatu
:nion. Dardarka begiratu zidan eta esan zidan

?Nire bihotza irekitzeko asmorik al duzu, jauna—

Barre egin eta erantzun nion: "Ez naiz medikua. Entzun
al duzu inoiz norbaitek guraizeak erabiltzen dituela
"!ebakuntza egiteko

Azkenean, nahi gabe guraizeak ekarri zituen, beraz,
berokiko botoi bat moztu nion eta esan nion ez josteko beste
botoirik haren ordeaz, eta ez jartzeko eskua botoia falta zen
tokian. Bi aste barru itzultzeko ere esan nion, eta espero
.nuen denbora horretan sendatuko zela

Gizonak barre egin eta esan zuen: "Eskatu duzuna
egingo dut, zutaz fidatzen naizelako, baina uste dut inoiz
"!errezetatu didaten sendagairik arraroena dela

Bi aste geroago korrika etorri zitzaidan eta, harrituta,
:esan zidan

Espezialistek ziurtatu zidaten bihotzeko gaixotasunetik"
sendatuta nengoela. Beraz, Jainkoarren, zer egin zenuen?
"?Botoi batetik jeinu bat atera zenuen

Irribarrez erantzun nion: "Bai! Zure eskua etengabe
botoiarekin jolasean ari zen, eta botoia bihotzarekin
."lerrokatuta zegoen

Botoi hori zen zure bihotzeko mina eragiten zuen jeinua.
Beraz, botoia moztu eta esan nizun ez ordezkatzeko edo

eskua bihotzean jartzeko. Horrela, zure bihotzak presioa
!arindu zuen eta minik egiteari utzi zion

Dena azkar doa, eta jendea gauza askorekin lanpetuta
dago. Jakina, hobe da munduko oparotasuna biltzea denbora
galtzea baino, sasoia pasatzen utzi eta esku hutsik amaitzea.

Baina bildu behar dena bizitzako uztarik oparoena da:
Jainkoarengana hurbiltzea eta hura ezagutzea. Benetako
zoriontasuna lortzeko modu bakarra mundu honetan zerbait
.lortzea eta arrakasta espirituala lortzea da

Jainkoa ezagutzen dutenek ez dituzte eguneroko
betebeharrak hasten Jainkoarengan meditatu eta beren
gogoak eta gorputzak bedeinkatutako energia
.jainkotiarrarekin kargatu aurretik

Munduko eskakizun askok beren helburu espiritualak
bilatzen dituztenak uxatu eta aukeratutako bidetik
desbideratu ditzakete. Baina erabaki irmoa dutenek ez dute
ezerk bidetik ateratzen uzten; erabakitasunez irauten dute
.egoera zail edo kaltegarriak gorabehera

Munduak edozer eman arren, ez du gure bihotzen irrika
asetuko, munduko altxor eta aberastasun guztiek baino
egonkorragoa, garrantzi handiagoa eta preziatuagoa den
.zerbaiten irrika baitute

Pertsona bat hiltzen denean —luz bizi zaitezela—,
lurreko inongo boterek ezin du ezer egin haren alde. Nork
lagundu gaitzake mundu hau utzi ondoren? Jainkoa. Beraz,
beti gogoratu behar dugu mundu hau gure zeruko etxerako
bidaian geldialdi bat besterik ez dela, non betiko biziko
.garen Errukitsuenaren aurrean

Gehiegizko aberastasunak ez ditu osasuna, bakea eta
eraginkortasuna bermatzen, baina bakea eta

eraginkortasuna lortzeak arrakasta orekatua ekarriko du bai
.maila espiritualean bai materialean

Jende gehienak eraginkortasun mentala garatzen du
arrakasta materiala lortzeko soilik. Baina pertsona bat bere
buruaren jabe bihurtzen denean eta bere ahalmen
psikologikoak kudeatzen dituenen eta jainkozko planaren
arabera jokatzeko duenean, bere bizitza bedeinkatua izango
da, eta espirituaren nektarra dastatuko du lur honetan
dagoen bitartean. Ez da gehiago ohitura eta desioen preso
izango, baizik eta bere kontzientzia jainkozko presentziaren
bihotzean eraldatuko da, eta han biziko da deskribaezina
.den plazer berrituz gozatuz

Gorputza da farmaziarik handiena

Medikuntzako ikertzaileek aurkitu dute poz izugarria
sentitzen dugunean, gorputzak antidepresiboak eta estresa
murritzten duten beste substantzia batzuk sortzen dituela,
medikuek agindutakoak bezain indartsuak eta eraginkorrak
direnak. Gorputza Lurreko farmaziarik onena da, gauza
egokia une egokian ekoizteko gai dena, Jainkoak guregan
.jarri duen oreka espiritualarekin harmonian gaudenean

Ez da estres guztia kaltegarria; estresak gure
gorputzetan zehar doan energia bizia esnatzen du eta
jarduera eta mugimendua estimulatzeko ditu. Ikerketek
.frogatu dute estres kopuru egokia onuragarria dela

Baina arazoa sortzen da estresak maila osasungarria
gainditzen duenean

Bakoitzak estresarekiko muga pertsonal bat du, eta
muga hori gainditzen denean, behar baino estresatuago
bihurtzen gara, eta baliteke horretaz ez jabetzea
gorputzean, emozioetan eta buruan arazoak agertzen hasi
.arte

Jainkoarekin bizitza poza eta zoriona da, Jainkorik gabe,
berriz, antsietatea, nahasmena, zailtasunak eta baita
hondamendia ere badaude. Beraz, nola aurki dezakegu
bakea eta lasaitasuna hondamendi eta tragediek
menderatutako bizitza batean, eta nola ekarri zoriontasun
?pixka bat lur honetara

Lehenengo baldintza bizitzaren presioen jakitun izatea
.da, haien eraginpean gaudenean

Jainkoa Guztiz Jakintsua eta Guztiz Jakituna da, eta gure
gorputzak erosotasuna, ondoeza, lasaitasuna eta antsietatea
bezalako seinalez hornitu ditu, eta seinale horiei erreparatu
behar diegu. Gure gorputzean adimen jainkotiar bat dago
zerbait esaten saiatzen dena, eta mezu hauei entzun behar
diegu estres edo atsedeen garaian. Estresatuta sentitzen
zarenean, zentratu zure burua estresa jasaten ari den
gorputzeko atalean, gero arnasa sakon hartu eta, aldi
berean, astiro-astiro tentsatu zati hori bibratu arte. Ondoren,
erlaxatu eta askatu tentsioa. Horrek gorputzean energia eta
bizitza-oreka mantentzen lagunduko du eta estresaren
.ondorio kaltegarrietatik babestuko du

Arnasketaren bidez ere kudeatu dezakegu estres
emozionala. Beldurra edo beste edozein emozio kaltegarri
sentitzen duzunean, hartu eta bota arnasa poliki, sakon eta
erritmikoki hainbat aldiz, zure gorputza arnasa botatzean
erlaxatzen utziz. Horrek bihotz-taupada azkarrak moteltzen,
odol-zirkulazio normala berreskuratzen, nerbio-energiaren
fluxua errazten eta zure burua lasaitzen eta pentsamenduak
.argitzen lagunduko dizu

Bizitza ez da larrialdi egoera bat; jainkozko adierazpen
eder bat da, eta gozatu egin behar dugu. Gogora dezagun
irribarrea botere bat dela; erabiltzen ez badugu, bizitzaren
.alderdi garrantzitsu bat galtzen dugu

Gizakiak emozio eta sentimenduak dituzten arimak dira,
eta jantzi edo beroki baten antzera janzten duten gorputza
dute. Baina gorputzaren eta emozioen mailan soilik bizi
garen bitartean, estresaren eta tentsioaren eragin
.negatiboaren menpe egongo gara

Gure funtsezko izaerarekin, hau da, espirituarekin,
harmonian gaudenean, espirituaren poza bihotzera isurtzen
da eta maitasun bihurtzen da. Maitasun hau sentitzea,
arimaren bake eta lasaitasunarekin lotuta, eta haren eragin
harmoniatsuaren pean jardutea eta elkarreragitea da tentsio
eta kontraesanez betetako mundu batean naturalki bizitzeko
modurik egokiena. Poztasun honekin harmonizatzea da
.bizitzako arazoen konponbidea

Oharra: "Gorputzak estresa eta tentsioa murrizten
dituzten antidepresiboak eta beste substantzia batzuk
sortzen ditu, medikuek agindutakoak baino indartsuagoak
eta eraginkorragoak ez direnak" adierazpenari dagokionez,
hau ez da aholku eta errezeta medikoak baztertzeko
.aholkua, beraz, argitzeko beharra dago

Ekuazio magnetikoak

Presentzia sendoa eta joera gaiztoak dituen pertsona +
bihotz onekoa baina borondate ahulekoa = magnetismo
gaiztoa adeitasunaren gaintetik nagusitzen da

Joera gaiztoak dituen borondate ahuleko pertsona +
joera onak dituen borondate sendoeko pertsona =
magnetismo onak gailentzen du gaiztoa

Magnetismo espiritual ahula + biomagnetismo gaiztoa =
magnetismo gaizto handia

Indar moral handia + indar moral ahula = indar moral
handiagoa

Pertsona haserre eta bortitza + pertsona leun eta jatorra = haserrearen magnetismoak leuntasunaren gainetik gailentzen da

Temperamentu sendoa, orekatua eta lasaia + batzuetan atsekabea izateko joera duen temperamentua = lasaitasunaren magnetismoa nagusitzen da

Akats kroniko errotua + akats gutxiago errotua = akats magnetismo handia

Arrakasta positibo handia + arrakasta positibo gutxiago = arrakasta hobetua

Huts-bibrazio handia + arrakasta-bibrazio handia = huts-magnetismo handia edo arrakasta-magnetismo handia, ingurunearen eta baldintzen arabera

Adimen sendo eta osasuntsua + ezjakintasun osoa = edo maltzurkeria eta trebetasuna edo ezjakintasuna eta ergelkeria

Botere espiritual bikaina + botere praktiko bikaina = Magnetismo espirituala - benetan botere praktiko bikaina

Jendeak inguratzen dituen eterrean dauden izaki planetarioen ugaritasuna ikusiko balu, agian batzuek beren maiteak aurkitzen saiatuko lirateke. Jainkoak nire begi espiritualak ireki ditu, eta lurreko erreinua utzi duten arima horietako asko ikusten ditut. Begi espiritualean (kopeta erdian) sakonki zentratuz, barne-ikuspegiarekin ikus daiteke plano eterikora igo diren arima on guztiek bizi duten mundu .distiratsua, Errukitsuenaren presentziara

Gizakietan, bihotzak haririk gabeko hartzaile gisa jokatzen du eta begi espiritualak transmisore gisa. Zure maiteak hildakoak ikusi ezin badituzu ere, zure sentimenduak lasai bihotzean zentratzen badituzu, zure

maite dituzunen presentzia senti dezakezu, orain gorputz
etereoetan bizi direnak, Jainkoaren bakeaz eta segurtasunaz
gozatzen dutenak eta gorputzaren mugapenetatik
askatasunaz pozten direnak, horrela erosotasuna aurkitzen
.duzu haien bakean eta zure bihotza lasaitzen da haiekin

Jainkoaren izena ahoskatzen dudanean, nire izate osoa
poz gorenean urtzen da. Baina egoera hau ahalegin handi
baten ondoren bakarrik etorri zitzaidan. Hasieran, ez nintzen
irrikatsua, nire burua noraezean baitzegoen orduan. Baina
orain, nire pentsamenduak eta kontzientzia zentro
espiritualean —bekainen arteko espazioan— zentratzen
ditudan bezain laster, pentsamendu guztiak desagertzen
dira, arnasketa bere kabuz gelditzen da, bihotza taupadaka
gelditzen da, gogoaren nahasmena baretzen da eta
izatearen egoerak arimaren gainera jaisten dira, eta horrela
estasi espirituala bizi dut eta jainkozko zoriontasunean
.inguratzen naiz

Urrezko esaerak

Zoriontasuna nire eskubidea da, nire ondarea eta nire
jainkozko altxor ezkutua. Gidatu nazazu erregeen ametsak
.gainditzen dituzten altxorrak nire baitan aurkitzera

* * *

Bizitza erritmo erregularreko mugimendu adimentsua
da. Objektu bizigabeetan moldatzen da, edo forma bizidun
eta mugikorra hartzen du. Bizitza guztiz hartzen du eta dena
.zeharkatzen du

* * *

Maitale Handiena, zu zara bizitza, zu zara nire helburua
eta nire nahia

* * *

Egin nazazu arrosa loratu bat zure zeruko lorategian,
edo ale distiratsu bat zure maitasun distiratsuko lepokoan,

edo eman iezadazu ohore handiena: zure bihotzeko lekurik
.txikiena
* * *

Besteek ongia egiteko nire ahalegina estimatzen duten
lekuan, horixe da nik zerbitzurik onena eman dezakedan
.lekua
* * *

Ehundu dezagun ametsen alfonbra urreztatua
oroitzapen gozoen eta pentsamendu finduen hari
zetatsuekin
* * *

Maitasuna lixa-papera bezalakoa da, adimena leuntzen
.duena eta izaerari zakartasuna kentzen diona
* * *

Pandemiak, hondamendiak eta naturan gertatzen diren
aldaketa bortitzak, hondamendia, suntsipena eta kalte
orokorrak ekartzen dituztenak, ez dira "jainkozko
dekretuak". Hondamendi hauek gizakien pentsamendu eta
ekintzetatik sortzen dira. Munduko ongiaren eta gaizkiaren
arteko oreka delikatua gizakien asmo txarrek eta
gaiztakeriek eragindako uhin eta bibrazio kaltegarrien
metaketak hausten duen lekuan, kaosa nagusitzen da eta
.suntsipen orokorra gertatzen da
* * *

Jende guztiengandik onena hartuko dut, eta
nazionalitate guztien ezaugarri onak estimatuko ditut, haien
.akatsetan arreta jarri gabe
* * *

Eguneroko janariaren balio nutrizionalaz arduratzen
garen bezala, egunero gure buruari ematen dizkiogun
.mantenugai psikologikoei ere erreparatu beharko genieke
* * *

Hitz atseginak erremedio zoragarria dira gaitz
askotarako, indar magnetiko indartsua, ia magikoa baitute,
bedeinkapen eta oparotasun ugari ekartzen dizkiena

hizlariari. Hitz lasaigarri eta leunak erabiltzen dituztenek
korronte sotil bat sentitzen dute etenik gabe zeharkatzen,
lasaitasun sakon batez betetzen direlarik. Hau da, korronte
hori bere iturri altuagoarekin lotuta dagoelako, iturri horrekin
harmonian dauden arimetara iristen den fluxu konstante bat,
bakea nahi dutenei zoriontasuna transmititzeko aukera
.emanez

* * *

Zenbat hitz onek uxatu dituzte bihotzeko atsekabe asko
eta zenbat ahots jakintsuk argitu dituzte bide ilunak poz eta
!lasaitasun lanparekin

* * *

Bizi dugun esperientzia ororen bidez hazten gara, baldin
eta horietatik ikasgai baliotsuak ikas ditzakegula konturatzen
bagara. Bizi dugun min eta sufrimendu bakoitzak esanahia
.eta helburua du

* * *

Esperimentuen gogortasuna gorabehera, burdina urtzen
duen sua bezalakoak dira, altzairu eder, iraunkor eta
.polifazetiko bihurtzeko

* * *

Nire bizitzako lorpen bikain guztiak Jainkoarekin
harmonian dagoen gogo baten botereari esker lortu dira.
Jainkozko sorgailua martxan dagoenean, nahi dudana guztia
gauzatzen da salbuespenik gabe, lehenik diseinu ikusezin
eta etereo gisa forma hartuz eta gero errealitatean indar
.erresistiezin batekin agertuz

* * *

Adimenak Jainkoari bihotzez eta sutsuki xuxurlatzen
dionean arima irrikatsu baten sakonetik, espirituaren deiak
bihotz unibertsala ukituko du, eta erantzuna etorriko da,
berarekin batera poz izugarria ekarriz. Xuxurla intelektual
honek borondatea lantzen du, nahi den helburua lortzeko
.beharrezko indarra izan arte

* * *

Pertsona baten gogoa eta borondatea Jainkoarekin
harmonian daudenean, botere mugagabeaz hornituta daude,
beraz, zerbaitetan pentsatzea nahikoa da hori lortzeko,
jainkozko legeak borondate gorenarekin harmonian
.daudenen alde egiten baitu

* * *

Pertsona batek ez luke Jainkoak eman dizkion gaitasun
intelektual guztiak gauza iragankorrak bilatzeari eskaini
behar, materialismoaren labirintoan galdu eta bere buruari
muga eta oztopo beharrezkoak ez sortzeko beldurrez.
Horren ordez, bere gaitasun intelektualak erabili behar ditu
bizitzako beharrezkoak diren gauzak lortzeko eta bere
gaitasun moralak garatzen saiatu behar du, ongia eta gaizkia
bereizteko, eta kaltegarria dena eta onuragarria dena
.bereizteko

* * *

Egia iritzi eta teorien atzean dago, eta ikuspegi hau
hartzen duten askok beren ondorio subjektiboek mugatzen
.dituzte

* * *

Ireki, Jauna, lasaitasunaren ateak eta babestu nire
pentsamendu espiritualen santutegia xuxurla gaiztoen
erasoetatik, eta utzi nire irriken arrosak loratzen nire
bihotzeko lorategian, zure etorreraren egunsentia itxaroten
.dudan bitartean

* * *

Ezagutza teorikoak ezin du jainkozko ezagutza lortu, eta
komeni da norberaren denbora preziatua ez xahutzea
errealitatean aplikatu ezin diren teoretan, bestela norbera
oihan intelektual trinkoen erdian aurkituko baita eta teorien
.eremua gainditu ezinik

* * *

Zoriontasuna bizitzako egoera aldakorretan lortutako
garaipen psikologikoaren fruitua da

* * *

Jainkoak ezagutzen duena munduarentzat ezezaguna
izan daiteke

* * *

Pertsona batek bere burua ezagutza teorikoarekin
programatzen badu [benetako probarik gabe], esaera
zaharrak errepikatzen eta esaldi gorenak oihartzun egiten
dituen grabagailu eramangarri baten antzekoa izango da,
eta besteek jakintsutzat hartuko dute, baina ezagutza hori
ez da egiaren pertzepzio zuzenak indartzen, ezta lorpen
.espiritualak ere

* * *

Arazoak munduan jarraituko dute, beraz, nora jo daiteke
gidaritza eta norabide bila? Norberaren pentsamenduak,
ohiturek, aurreiritziek, joerak eta fanatismoak eraginda, ez
dute ezertarako balio, eta norberaren ingurunearen,
famiaren, herrialdearen edo munduaren eraginek ez dute
benetako gidaritzarik emateko. Beraz, Jainkoarengana jo eta
arimaren sakonetik datorren ahots lasai eta bareari entzun
.behar zaio, egiarekin harmonian dagoen ahotsari

* * *

Ireki zuen bihotzak jainkoazko isurketari, zuengandik isuri
eta zuen bizitzak bedeinkazio eta ontasun espiritualez bete
.ditzan

* * *

Edozein lan egiten duzun eta edozein lorpen lor
dezakezun, gogoratu beti Jainkoa dela lan egiteko eta
.lortzeko behar duzun indar guztia ematen dizun iturria

* * *

Gogora nazazu, Jauna, pobrezian eta oparotasunean,
gaixotasunean eta osasunean, ezjakintasunean eta
jakindurian, eta ikus dezadan zure argi bedeinkatua,
.ongizatea eta sendaketa ematen dituen une batean

* * *

Nire pentsamenduen bakardadean, zure ahots
bedeinkatua entzuteko irrikitan nago. Kanpora itzazu

niregandik nire oroimenaren tolesduretan ezkutatuta dauden
ahots lurtar eta latzak. Zure ahots lasai eta melodiosoa
.entzun nahi dut betiko nire arimaren lasaitasunean

* * *

Bizitza iluntasunean inguratuta dago, eta batzuetan
estropezu egiten dugu eta aurrera egiteko zalantzak izaten
ditugu. Jainkoaren argia izan behar dugu gure gidari-lanpara
bizitzaren bide ilunetan zehar ibiltzen garenean. Bera da
ilbetea ezjakintasun eta iluntasun gauetan, distira-eguzkia
esnatzeko orduetan, gidaritza-argia eta lurreko existentzia
.iragankorreko itsasoetan zehar dabiltzanentzako izar gidaria

* * *

Gizakiak bere kontzientzia ahanzturaren lozorrotik
espirituaren esnatzera esnatzeko garaia da

* * *

Jauna, eskatzen dizugu gure kontzientzia
ezjakintasunaren sakonetik eta pentsamendu estu eta
mugatuetatik bakearen, argiaren, maitasunaren eta giza
.erruki unibertsalaren horizonteetara igotzeko

* * *

Gauzak azkenean hobera egingo dute, Jainkoaren
botereak eta mirariak giza bizitzaren kontraesanen atzean
ezkutatuta baitaude, eta egoeraren saihestezintasunaz
konbentzituta ez dagoenak eta bere gogoarekin eta
fedearekin beloaren atzean dagoen horretara sartzen
saiatzen denak irekiko dio atea [esku sinesle orok jota]
.dagoenari

* * *

Fedeak ez du esan nahi arduragabea izatea edo egoerak
zentzuz ez jokatzea. Aitzitik, gertatzen dena gertatzen dela
ere, pertsonak ziurtatu behar du Jainkoak bakarrik lagundu
diezaiokeela egoera zail eta estresagarrietan, bihotz, arima
.eta sentimendu osoz Harengana jotzen badu

* * *

Gure zentzumenek egia osoa helaraziko baligute, Lurra
elektroi ibai gisa ikusiko genuke, eta hauts partikula bakoitza
.argi masa birakari gisa ikusiko genuke

* * *

Materiaren ikuspegitik espiritura sartzen direnek
ilusioaren izaera ulertzen dute eta egiaren funtsa ezagutzen
.dute

* * *

Afrikako oihanetan, gudu-zelaian, gaixotasun edo
pobreziaz jota dagoen pertsona bat konbentzitu behar du
bere burua Jainkoaren eskua arriskua baino indartsuagoa
dela eta gai dela harengan babesa bilatzen dutenak
.babesteko

Ez dago norbera babesteko modu eraginkorragorik.
Noski, logika erabili behar da gertaerei aurre egiteko eta,
.aldi berean, jainkozko laguntzan fede osoa izan

* * *

Izaki guztien bihotzetan bizi den maitasuna —ama, aita,
lagun eta maite guztien maitasuna— jainkozko maitasunetik
.dator

* * *

Bereizketa egin behar da betebeharrak nagusien eta txikien
artean, garrantzitsuena lehenetsiz soilik garrantzitsuena
baino. Gainera, ez dago beste betebeharririk kontraesanean
jarri behar denik. Eskriturek diote betebeharrak bat beste
batekin gatazkan dagoenean, benetako betebeharra ez dela
.frogatzen duela

* * *

Eguzkiaren izpi biziak zabaltzen diren heinean,
itxaropen izpiak zabalduko ditut pobreen eta abandonatuen
bihotzetan [gizarteak baztertu dituenen], eta erabakitasun
berria txertatuko dut porrot egiten dutela uste dutenen
.bihotzetan

* * *

Paramahansa irakasleak bere dizipuluetako bati esan
zion: "Ez baztertu inor zure maitasun zirkulutik. Gorde denak
."zure bihotzean eta haiek zuregan gordeko zaituzte

* * *

Jauna, lagundu iezadazu nire borondatea beti erabiltzen
ekintza onuragarriak eta onak egiteko
Lagundu iezadazu Zure nahiari egokitzen, nire
pentsamendu guztiak Zure helburuei erantzuteko eta Zure
."nahiarekin harmonian egon daitezen
Nire baitan ezkutuko eta bedeinkatutako boterea
esnatzen lagundu zidan, zailtasun eta proba guztiak gainditu
."ahal izateko

* * *

Esnatu zaitez ausart eta apal den nortasun espiritual
horretara - lehoien indarra usoen leuntasunarekin uztartzen
."duen nortasun espiritual horretara

* * *

Ez naute kritika mingots eta faltsuek gogaituko, ezta
laudorio eta lausengu oparoek ere. Nire desio bakarra zure
."nahia egitea da, Jauna, eta zure faborea lortzea

* * *

Ezin duzu imajinatu jainkozko presentzia sentitzean
beteko zaituen poz izugarria. Zure arima Jainkoaren
maitasun mugagabeaz mozkortuko da orduan. Milioika aldiz
gainditzen duen maitasuna da edozein giza maitasun; zure
desio guztiak betetzen dituen eta zure bihotza poz eta
."asebetez betetzen duen maitasuna

* * *

Barne-fokuaren bidez, zoriontasun espirituala zuzenean
bizi dezakezu zure baitan eta zure inguruan. Kontzientzia
hau lantzen baduzu, zure nortasuna modu harmoniatsuan
haziko da, eta magnetismo erakargarria lortuko duzu
."pertsonentzat eta beste izakientzat

* * *

Oi Babesle Handia, ez zait axola dena galtzea nire
patuaren ondorioz, neuk egina baita, baina zuri eskatzen
dizut, nire babesleku bakarra, zureganako maitasunaren
kandela axolagabekeriaren eta ahanzturaren haizeetatik
.babesteko

* * *

Edan dezagun ase arte bakearen ur garbi eta
freskagarrietatik, egoera faboragarrien iturburuetatik
datozenetatik, positiboki pentsatzeko eta ikuspegi baikorra
.izateko dugun erabaki sendoak indartuta

* * *

Kontzientzia pertsona baten benetako izaera eta
motiboak agerian uzten dituen zentzumen intuitiboa da.
Zure kontzientzia garbi dagoenean, eta zuzena dena egiten
ari zarela badakizu, ez duzu ezer beldurtzeko. Kontzientzia
garbia Jainkoaren jokabide onaren lekuko da. Kontzientziaren
auzitegian absolbituta egoteak zoriontasuna izatea eta
.Jainkoaren bedeinkazioak jasotzea esan nahi du

* * *

Saiatu jende gehienak egiten ez dituen gauza ausart eta
atseginak egiten, eta eman maitasuna eta bakea besteek
.alde batera uzten dituzten horiei

* * *

:Paramahansa irakasleak bere dizipulu bati esan zion
Adimena lantzen denborarik ematen ez baduzu, ez"
duzu oparotasun materialak asetuko. Lantze hau ez da
tortura, baizik eta kontzientziaren entrenamendua
zoriontasunera eramaten gaituzten pentsamenduak eta
."ekintzak elikatzeko

Zure zoriontasuna zure arrakasta da, beraz, ez utzi inork
lapurtzen. Babestu zeure burua zu gogaitzen saiatzen
direnengandik. Mutikoa nintzenean, pazientzia galtzen nuen
norbaitek nire inguruko zurrumurru faltsuak zabaltzen

zituenean. Geroago, konturatu nintzen nire lasaitasuna
jendearen onespena edo miresmena baino garrantzitsuagoa
.dela

* * *

Jainkoarekiko deboto batzuek bizi duten jainkozko
maitasunaren istorioa jakingo bazenu! Bizitzako beste
esperientzia batek ezin du poz horrekin konparagarri izan.
Jainkoaren maitasunean etengabe murgilduta zegoen santu
bat ezagutu nuen, eta bere aurpegiak maitasun santua
irradiatzen zuen. Jainkoaren begia beti dago maite
.dutenengan, eta ez ditu inoiz une batez ere abandonatzen

* * *

Gutxi dira beren gaitasun mentalak eta espiritualak
garatzeko interesa dutenak

* * *

Ez utzi zeure buruari atzerapenaren hondora
hondoratzen. Jaiki zaitez eguneroko errealitate
aspergarriaren lozorrotik eta abiatu bizitza findu baten
.horizonteetarantz, non lorpena, poza eta bakea dauden

* * *

Zure baitan inbertitzeko zain dagoen potentzial izugarria
dago, eta zu zara hori aktibatu eta onura ateratzeko gai den
.bakarra

* * *

Ohitura txarren eta pasio osasungaitzen aginduetatik
askatasunak arrakasta materialak baino zoriontasun askoz
.handiagoa dakar

Arrakasta literarioak kanpoko egoerek kendu ezin
.dizuten zoriontasun psikologikoa dakar

* * *

Denbora guztia dirua pilatzen eman dezakezu, baina
diru horrek ez dizu bilatzen duzun bake eta segurtasun
iraunkorra emango. Aitzitik, atsekabe handiagoa ekarriko
dizu, zoriontasuna eta bakea gogoan baitaude, ez gauzetan
.bertan

* * *

Ez utzi ahultasunak zure buruan sartzen, eta kontuz ibili
pentsamendu negatiboak eta ikuspegi pesimista duten
pertsonekin elkartzean, haien tentsamendu ahulak zure
buruan ez sartzeko, zure buruak besteen tentsamenduek
ahuldu ezin duten indar maila lortu ezean, baizik eta, aitzitik,
besteen tentsamenduak indartu eta haien autokonfiantza
.handitu ahal izango duen arte

* * *

Jainkoa da lehenengoa, eta ez genuke gure eguna hasi
edo amaitu behar beragan tentsatu gabe. Gogoratu behar
dugu Jainkoagandik jasotzen dugun indar eta energiarik
gabe ezingo genukeela gure zereginik burutu. Hau da
.Harekiko dugun betebeharririk handiena

* * *

Badago ohiturak eta tradizioak ebaluatu eta epaitzeko
modu bat. Hasieran, tradizio guztiek zuten justifikazio bat.
Justifikazio hori oraindik egia dela ikusten badugu, orduan
tradizioak esanahia eta onura ditu. Hala ere, ez da
zentzuzkoa tradizioeiitsu-itsuan jarraitzea. Jakin behar dugu
zer den zuzena eta jarraitu, zoriontasuna zerk ekar
.diezagukeen bereiziz eta gero aplikatuz

* * *

Hainbeste jende zoriontasun edo arrakastarik gabe
ikusten duzunean, ez tentsa hori dela haien patua. Nahi
duzuna bihur dezakezu zeure burua. Zure barne arrakasta
.da benetan arrakastatsu egiten zaituena

* * *

Zure baitan ezer ez baduzu, ez zara zoriontsu izango.
Baina zure inguruan ezer ez baduzu eta zure baitan
zoriontsu bazara, zalantzarik gabe arrakastatsua zara. Beraz,
ezinezkoa da pertsonak kanpoko egoeretan oinarrituta
.epaitzea

* * *

Jendetza zabalen artean, egon daiteke gorakada
espiritualera iritsi den eta barne-bakea eta zoriontasun
.espiritual gorena gozatzen duen pertsona bat

* * *

Badakit ziur behar dudan guztia etorriko zaidala, eta
horregatik ez dut kezkatzen etorkizunak zer dakarren. Hau
ez da harrokeria edo itxurakeria, botere bedeinkatu horren
lana eta eraginkortasuna askotan esperimentatu baititut nire
.bizitzan

* * *

Bizitzaren gainazalean flotatzen ari naizen ala
itsasoaren sakonean itotzen ari naizen, badakit Jainkoarekin
nagoela eta bera nirekin dagoela, eta ezerk ezin didala
kalterik egin. Ezagutza horrek zoriontasun deskribaezin eta
.sakona eman dit

* * *

Zalantzarik gabe, zerbait berria erostea esperientzia
atsegina da. Baina denbora baten ondoren, sentsazio alai
hori pixkanaka desagertzen da, eta baliteke interesa guztiz
galtzea, ahaztu eta beste zerbait desiratzea. Hala ere,
elementu horren faktura ez da ahaztuko, batez ere kuotan
!ordaindu baduzu

* * *

Pertsona batek bere bizitzaren kontrola hartu eta ahalik
eta gehien sinplifikatu beharko luke. Beharrezko eta
larrialdietarako dirua aurreztu beharko luke, luxuetan
gastatzearen gainetik aurreztea lehenetsi eta ahal duen
guztia eman besteei. Besteei laguntzen diezunean, laguntza
modu batera edo bestera etorriko zaizu, eta ez zaizu ezer
.faltako eta ez zaizu ezer galduko

* * *

Bihotz guztien pozean, zure zoriontasunaren oihartzuna
entzuten dut, Jauna, eta fededun guztien adiskidetasunean,

zure maitasuna sentitzen dut. Pozten naiz eta nire bihotza
pozten da nire lagunen arrakasta eta oparotasunaz, nire
ongizate eta erosotasunaz pozten naizen bezala. Besteengan
jakinduria pizten dudan heinean, nire jakinduriaren altxorak
biderkatzen ditut, eta guztien zoriontasunean, nirea
.aurkitzen dut

* * *

Zoriontasunaren etsairik handiena luxuak erosteko dirua
maileguan hartzea da. Jendeak uste du, oker, ezin direla
zoriontsu izan zerbait zehatza eskuratzen ez badute. Baina
gauza hori eskuratu ondoren ere, ez dute benetako
zoriontasunik biziko, dakarren aldi baterako poza
gorabehera. Zertarako hautsi egingo dela agintzen duen
lurreko zoriontasunaren mirajaren atzetik ibiltzeak? Jendeak
modu sinplean bizi beharko luke, etengabeko arreta behar
.duten ondasun ugari behar izan gabe

* * *

Nire paradisua nire baitan dago Jainkoaren
bedeinkapenez gozatzen dudan heinean, eskerrak ematen
dizkiot, eta nire barne-pozaz hazten da Barne-poztasun hori
gabe, lurreko plazer eta pozak ere infernu bihurtzen dira
Konturatu naiz barne-poz hori gabe, nire gain jarritako
erantzukizunen zamak bakea eta zoriontasuna kenduko
.zizkidala

* * *

Aberastasuna gaixotasunekin eta arazoekin batera
badago, ondorioak ugariak izango dira Higienea eta osasun-
laguntza Mendebaldearen indarguneen artean daude
Intsektu kaltegarriak eta mikrobio hilgarriak
eraginkortasunez kontrolatzen dira herrialde garatuetan,
beste batzuetan ugariak diren bitartean Baina izurrite hauek
ezabatzea ez da lorpenaren gailurra, beste mota bateko
gaitz batzuk baitaude herrialde garatuetan, hala nola,
ordaintzeko zailtasunak dituzten fakturak eta zatika

ordaintzeko sistemek eragindako finantza-krisi itogarriak —
.—loa nahasten eta lasaitasuna ahultzen duten gaitzak

* * *

Unibertso handi hau sortu zen kontzientzia beraren

.parte gara

* * *

Ikusi al duzu inoiz ardi-talde bat? Batek salto egiten
badu, gainerako artaldeak zalantzarik gabe imitatzen du.
Jende gehienak horrelakoa da. Norbaitek ideia bat
bururatuko litzaioke edo joera berri bat aurkeztuko luke, eta
beste batzuek berehala jarraituko diote modari eta kopiatu
egingo dute. Eredu hau belaunaldiz belaunaldi iraun du.
Nazio guztiek dituzte bere ohiturak eta tradizioak, eta ezin
dugu esan guztiak zuzenak edo sendoak direnik. Baina nork
daki? Agian ohitura eta tradizio horietako batzuk
.zentzugabeak eta alferrikakoak dira

* * *

Pentsamenduen ekaitz nahasia baretzen denean,
bakearen erreinuan sartzen gara eta jainkozko presentzia
ukitzen dugu

* * *

Pentsa ezazu Jainkoarengan, edo bakea inspiratzen
duen paisaia eder batean, edo esperientzia alai eta atsegin
batean. Buruko jarduera positiboa eta lasaia indarberritzailea
.eta freskagarria da

* * *

Mundu kaotiko eta nahasi batean bizi gara. Diruak
zoriontasuna esan nahi duela pentsa dezakezu, baina lortzen
duzunean, zorigaiztoko zarela ohartzen zara. Aberastasuna
lor dezakezu eta —Jainkoak ez dezala utzi— osasuna gal
dezakezu. Edo osasun ona izan dezakezu eta dirua galdu.
Edo aberastasuna eta osasuna izan ditzakezu, baina arazo
ugari izan ditzakezu besteekin, adeitasuna eskainiz, baina
trukean haserrea eta gorrotoa jasoz. Jainkorik gabe, bizitza
.honetan ezerk ezin zaitu benetan ase

* * *

Lurra tortura-ganbera bihurtzen da jainkozko planaren
ezjakintasunean bizi direnentzat. Baina bizitzako
esperientziak zure irakasle gisa ikusten dituzunean eta
haietatik mundu honen benetako izaera eta drama
kosmikoan duzun rola ikasten duzunean, esperientzia horiek
argibide baliotsu bihurtzen dira betiko poztasun eta
.zoriontasunerako bidean

* * *

Han, iluntasun ilunaren, isiltasun isilaren eta sortu
gabeko ezerezaren atzean, betiereko esentzia dago,
existentziaren jatorria eta botere eta izaki guztien, ikusgaien
.zein ikusezinen, iturria dena

* * *

Jainkoak ez zuen lur hau sortu guretzat jan, lo egin eta
hiltzeko soilik, baizik eta bere nahia ezagutu eta gure
existentziaren helburua uler dezagun. Jakintsu gutxi batzuek
ulertu dute kosmosaren planaren esanahia, baina jende
.gehiena itsua da eta ez da konturatzen helburu horretaz

* * *

Dirua ez zen inoiz nire bizitzako helburua izan; nire
helburua gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzea zen.
Horregatik, Jainkoak aukera asko ireki zizkidan neure burua
.mantentzeko eta nire misioa betetzeko

* * *

Jainkoak unibertso hau lege finko eta aldaezin baten
arabera funtzionatzeko sortu zuen. Lege unibertsal hauetako
edozein urratzen badugu, geure burua zigortzen dugu.
Eraikin altu baten teilatutik salto egiten duen norbaitek
hezurrak hautsi egingo ditu. Beraz, ezin dugu grabitatearen
.legea alde batera utzi ondorioak jasan gabe

* * *

Munduko zibilizazioei begirada sakona eman eta
antzinako zibilizazioen sekretu ezkutak aztertzen
ditugunean, irudi zabal bat agertzen da, lerro

korapilatsuekin, kapitulu anitzekin eta xehetasun zehatzekin,
eta gizakia aldi berean banakakoa eta soziala dela ikusten
.dugu

* * *

Jainkoak kontzientzia materialaren menpe bakarrik
bizitzea nahi badu, gauza materialekin guztiz asebeteta
egongo ginateke eta munduko bideekin konformatuko
.ginateke

* * *

Ametsak gainditzen dituen garbitasun, bake eta
zoriontasun izpiak distira eta dantzan dabilta gure
funtsezko sakontasunean

* * *

Gure lurreko bidaia honetan gure bizitzako zeruan
agertzen den esperientzia bakoitzarekin, gure kontzientzia
zabaltzen eta inguratzen gaituzten edo jasaten ditugun
inguruabarrak hobeto ulertzen ikasi behar dugu, eta orduan
harmonia hobean bizi eta jendearekin eta bizitzarekin
.leunago eta seguruago moldatuko gara

* * *

Jende gehienak besteak imitatzen ditu. Pertsona batek
originala eta sortzailea izan behar du, eta egiten duen guztia
.menperatu

Ekialdean, arreta nagusia zoriontasun espirituala lantzea
izan da, bizitzaren alderdi materialak askotan baztertu diren
bitartean. Mendebaldean, erosotasun material batzuk
badaude, baina zoriontasun psikologiko gutxi. Behar dena
bien arteko oreka da, bizitzaren alderdi bakarrean
zentratzeak desoreka eta bizitzaren eskaerei arrazionalki
.aurre egiteko ezintasuna dakarrelako

* * *

Zoriontasun handiena -jainkozko zoriontasunaren
ondoren- pertsona bat urteko egun guztietan bizi behar
.dituen bere senide hurbilekin bakean egotea da

* * *

Jendeak denbora asko galtzen du presaka eta inpultsiboki
jokatzen, gauza handirik lortu gabe. Gutxi dira hausnartzeko
eta bizitzak zer eskaintzen duen ulertzen saiatzeko gelditzen
.direnak

* * *

Bakearen lorategietan jakinduriaren barne eraikinak
eraikitze lan egin behar dugu, bertute espiritual
.zoragarrien lore ugariekin loratzen eta distiratzeko direnak

* * *

Barne harmonia indar iturri aberatsa da eta energia
berriztagarria sortzen du

* * *

Bizitzari begiratuta, arrakasta ez dela erraza
konturatzen gara Bizitza askotan gogorra eta barkaezina da,
eta bizibidea ateratzeko borrokatu behar dugu Pentsa ezazu
zure gorputza mantentzeko eta osasuntsu eta
gaixotasunetatik libre mantentzeko behar den ahaleginean!
Horretan arrakasta izan arren, arrakasta hori aldi baterakoa
da Gorputza —luzerako bizitza izan dezazula— azkenean
atseden hartuko du Beharrak indar ugariri aurre egitea
agintzen du, bai barnekoak bai kanpokoak, nahi den
arrakasta lortzeko Indar hauek nekaezin lan egiten dute
benetan esanguratsuak diren lorpenak lapurtzeko

* * *

Saiatu lasai egoten edozein egoeratan, eta utzi zure
.bakearen hazia alaitasunez eta poztasun irribarrez loratzen

* * *

Santu handienek ere ez dute salbazio osoa lortzen beren
arrakasta besteekin partekatzen ez badute, hau da, beren
esperientzia espiritualak eta ezagutza handiagoa, ezagutza
.santua lortzen lagunduz

* * *

Horregatik, etapa horietara iristen direnek eta egoera
horietara iristen direnek gogotsu eskaintzen diete ulermena
behar dutenei. Benetako arrakasta lortu nahi baduzu, ez
duzu zure zoriontasun pertsonala bakarrik ziurtatuko, baita
.besteena ere

* * *

Adimena duen edonork irabaz dezake dirua. Baina
bihotzean maitasuna badu, ez du inoiz diru hori helburu
berekoietarako erabiliko; aitzitik, besteekin partekatuko du.
Dirua madarikazio eta zoritxarra da berekoien eta zikoitzen
eskuetan, eta bedeinkapen eta oparia bihotz oneko eta
.arima eskuzabalekoen eskuetan

* * *

Norbaitek denbora luzez isilik egotea aukera dezake,
denbora horretan bere senideekin hitz egiteari uko eginez.
Pertsona horrek barne-bakea lor dezakeen arren, bere
portaera berekoia eta kaltegarria da bere familiaren
zoriontasunerako. Ezin da benetan arrakastatsutzat jo, bere
.maiteek ere bere lorpenetik etekina ateratzen ez badute

* * *

Era berean, arrakasta materiala lortzea ez da soilik
ongizateaz gozatzeko dugun eskubidea, baizik eta
besteekiko dugun erantzukizun moralak ere, haien baldintza
.materialak eta bizi-baldintzak hobetzen laguntzeko orduan

* * *

Nire kontzientzia garbiaren hormen atzean babestuta
nago, iragan iluna erre dut eta gaurkoaz bakarrik nago
.kezkatuta

* * *

Gaur konturatzen naiz ongi handienaren argiarekin bat
naizela eta atsekabeen itsasoko olatuen aurka borrokatzen
.direnentzako itsasargia naizela

* * *

Jendeak ikuspegi eta teoria desberdinak ditu arrakastari
buruz, bizitzako anbizioen arabera. Ez da arraroa entzutea
batzuek arrakasta lapurretarekin parekatzen dutela,
honelako gauzak esanez: "Lapur arrakastatsua zen!". Horrek
azpimarratzen du arrakasta, bere forma eta barietate
guztietan, desiragarria eta bilatua dela. Hala ere, gure
.arrakastak ez luke besteei kalte egin behar

* * *

Arrakastarako beste irizpide bat ere badago: geure
buruarentzat emaitza harmoniatsuak eta onuragarriak
lortzeko gai garenean, besteak ere gure arrakastan sartu eta
.haren fruituak haiekin partekatu behar ditugu

* * *

Arrakastak pertsona baten ingurunean duen poztasuna
eta gogobetetasuna esan nahi du. Benetako arrakasta
zuzentasunaren printzipioetan oinarritutako ekintzen
emaitza da, eta besteen zoriontasuna eta ongizatea hartzen
ditu barne, norberaren zoriontasunaren zati gisa. Printzipio
hau gure bizitza materialean, intelektualean, moralean eta
espiritualean aplikatzen badugu, arrakastaren definizio osoa
.eta zabala izango dugu

* * *

Hemen, mundu mugatu honetan, luzera, zabalera eta
dentsitatea hautematen ditugu, baina badago beste maila
bat non dimentsioak ez diren existitzen; dena da argi eta
gardena — dena da kontzientzia eta pertzepzioa. Dastamen
zentzua pertzepzioa da, usaimena bezala. Gure
sentimenduak, pentsamenduak eta gorputzak kontzientzia
egoerak dira. Ametsetan ikusi, entzun, usaindu, dastatu eta
ukitu dezakegun bezala, maila altuago horretan ere,
sentsazio horiek guztiak kontzientzia hutsaren bidez bizi
.ditugu

* * *

Jauna, zoriontsu egin gaitzazu zure hurbiltasuna
sentituz, askatu gaitzazu desioen kateetatik eta eman

iezaguzu bizitzako esperientziek eta gertaera aldakorrek
.eragiten ez duten barne-poza

* * *

Gure adimenak pertzepzio altuagoekin bat datozenean,
kontzientzia espirituala esnatzen da gure baitan eta
jainkozko jakinduria eta maitasunaren mirari harrigarriak bizi
.ditugu

* * *

Jainkoa guztiz maite badugu eta gure pentsamendu eta
bihotz guztiekin Harengana jotzen badugu, hurbil sentituko
gara Harengandik eta bizitzako segurtasun babesleku
.handiena dela ikusiko dugu

* * *

Itxuraz hutsik eta hutsik dagoen espazioan, unibertsoko
gauza bizidun eta bizigabe guztiekin batzen gaituen lotura
kosmiko eta betiereko bizitza bat dago; bizitza handiko olatu
.batek existitzen den guztia zeharkatzen du

* * *

Betikotasuna da gure benetako etxea eta bizileku
iraunkorra, eta gorputz hauetan dugun existentzia aldi
baterako existentzia da, basamortuan zehar bidaiatzen ari
.den karabana baten atsedenaldi labur bat bezala

* * *

Espirituaren indar sortzaileekin lerrokatzen garenean,
gure arazoak gidatu eta konpontzeko gai den gogo
unibertsal eta infinituarekin konektatuko gara. Sormen-
indarra gure izatearen iturririk handienetik etenik gabe
isuriko zaigu, gure jardueraren edozein arlotan arrakasta
.sortzailea lortzeko aukera emanaz

* * *

Maitasuna hazten eta loratzen da konfiantza, tolerantzia
eta elkarrekiko errespetuzko giro batean

* * *

Bedeinka gaitzazu, Jauna, pentsamendu garbien eta
ohitura onen argiarekin, ohitura txarren eta pentsamendu

desbideratuen iluntasuna hurbiltzen bazaigu, berehala uxatu
dadin. Eta lagundu iezaguzu Zu maitatzen hain maitasun
sakon batekin, non ez ilusio materialek ez munduko
tentazioek ez gaituzten harrapatu edo gure gogoak eta
.bihotzak harrapatu

* * *

Erraz lortzen diren gauzak gutxitan dira baliotsuak.
Badakigu hori gizon-emakume handien bizitzak aztertu
ondoren, eta nola bihurtu ziren handi beren talentuak
garatuz, beren betebeharrak betez, beren balio moralak
eraikiz, azterketa sakonetan parte hartuz eta berekoikeria
saihestuz. Baina lortu zituzten emaitzak eta lortutako
lorpenak neurrigabe handiagoak izan ziren egindako
.ahalegina baino

* * *

Benetako askatasuna jakinduriak gidatutako eta
ulermenak, zuzentasunak eta borondate irmoak babestutako
.aukera askatasunean datza

* * *

Zure borondatea, determinazioa eta bereizketa
kontzientea esnatzen dituzunean, indar ikusezinak askatzen
dira goi-kontzientziatik —arimaren ikuspegiaren bidez—
laguntzeko eta erosotasun psikologikora eta zoriontasunera
.daramaten bideak argitzeko, Jainkoaren laguntzarekin

* * *

Pertsonak bere ahaleginaren bidez ireki behar ditu
arimaren ubideak. Inork ez du borondatez aukeratzen
sufrimendua eta miseria bakearen eta zoriontasunaren
gainetik. Ezjakintasuna da sufrimenduaren erroa eta kendu
eta ezabatu beharreko oztopoa. Ezjakintasuna belar txar
kaltegarria da, sakonki errotua, gizateriaren lorategian
hazten dena eta landare on eta onuragarriak baztertzen
.dituena

* * *

Ezjakintasuna borondate irmo eta erabaki irmoarekin
gainditu behar da. Gogoaren lurra arretaz [positiboan] landu
 behar da, eta hazi onak fedearen urez ureztatu.
Maitasunaren izpi bizi eta beroek distiratzten dutenean,
ontasunaren hazia haziko da eta belar txarrak eta landare
 parasitoak gaindituko ditu, iluntasuna ezin baita existitu
 .argiaren aurrean

* * *

Gauza materialen plazerrak lausotu eta desagertzen
dira, baina jainkozko poza ez da inoiz itzaltzen. Amaigabeko
 .eta deskribaezina den jainkozko zoriontasuna da

* * *

Ezin ditugu inoiz metodo okerrak erabili zoriontasuna
 lortzeko, ezta barruan dugun bakea eta aberastasun
 espirituala alde batera utzi behar ekintza eta portaera
 infernalek ondorio suntsitzaileak dituzten erosotasun
 .ilusorioaren eta bizitza distiratsu baten bila

* * *

Bakea da jainkozko presentzia harrapatzeko kamerarik
onena. Lasaitasun puru eta zehatzaren lentearen bidez, irudi
 .bedeinkatua argitasun perfektuarekin agertuko da

* * *

Izan ere, jakinduria guztia zure baitan dago eta behar
 .duzun guztia horren kontziente izatea da

* * *

Benetako poztasuna norbere hobekuntzan datza, beraz,
 besteek zu bila zaitzaten, zuk haiek bilatu beharrean.
Maitasuna eta adiskidetasuna dohainik eman behar dira,
 itxaropenik edo eskaerarik gabe. Itxaropenak miseria eta
atsekabea baino ez ditu sortzen. Norbere hobekuntzaren bila
 ahalegindu arren, bakarrik, seguru eta bakean egon behar
 .da norberaren bertuteen eta autoestimuaeren gotorlekuan

* * *

Poztasun eta baikortasun ur-jauziak isuri daitezela beti
nire bihotzetik, eta haien zipriztin freskagarriak uki ditzala
.ezagutzen ditudan guztiak

* * *

Poztasun espiritualak ariman sortzen du besteak modu
guztietan laguntzeko nahia, eta zoriontasunera eramaten
duten plazer moral finduak estimatzeko gaitasuna garatzen
.du, horrela plazer zakarretarako joera murriztuz

* * *

Zure rola txikia izan arren, rol handienak bezain
garrantzitsua izaten jarraitzen du arimek bizitzako
eszenatokian egiten duten antzezlan kosmikoaren
.arrakastan laguntzeko orduan

* * *

Kontzientzia osoa kontzientzia absolutua eta infinitua
da, etengabe berritzen dena eta bere sormena ez da inoiz
agortzen, eta zure bidez bere alderdi berezi bat adierazten
.saiatzen da

* * *

Jainkozko maitasuna behin bakarrik dastatzen baduzu
ere, ez diozu inoiz amore emango, unibertso osoan ez
.baitago parekorik

* * *

Jainkoa ezagutzen dutenek oso aurrerapen espiritualeko
mailara iritsi dira, non ez diren konformatzen bekatariei
aholku espiritualak eskaintzearekin, baizik eta -Jainkoaren
grazia eta laguntzarekin- botere espirituala eman
.diezaiekete beren bekatuen ondorioetatik askatzeko

* * *

Ekintza on eta txar guztiak garuneko zeluletan latente
daude eta pentsamenduan ohitura edo joera on edo gaizto
.gisa agertzen dira

* * *

Garuneko zelulak ohitura horien botereaz kargatuta
daudelako ohitura osasungaitzak jasaten dituen pertsona

batek borondatearen, meditazioaren, otoitz zintzoaren eta
etengabeko baieztapen positiboen bidez askatu dezake bere
burua, ohitura desegoki guztiak bake eta lasaitasun ohitura
on bihurtu arte. Hori gertatzen da behar bezala zuzendutako
bizi-indarrak garuneko zelulen izaera anormala aldatzeko lan
egiten duenean, zelula horiek on, bertutetsu eta eder den
.guztiaz bete daitezten

* * *

Ulermena barne begia da, arimaren ikuspegia eta
bihotzaren teleskopioa. Gogoaren lasaitasunaren eta
.kontzientziaren garbitasunaren arteko oreka da

* * *

Egunero eszena desberdinak ikusten ditugu, eta
egunero ikasgai berri bat dakar ikasteko. Pertsona batek
ikasgaia bere existentziaren azken helburuan zentratuz
ikastea espero da: bere izatearen iturria eta bere bizitzaren
.oinarria aitortzea

* * *

Iraganeko atsekabeak ahazten ahalegindu gaitezten eta
ez dezagun horietan gehiegi pentsatzen utzi. Irmoki erabaki
eta borondate aktiboz, berritu ditzagun gure bizitzak, hobetu
ditzagun gure arrakastak eta landu ditzagun ohitura onak
.eta ezaugarri nobleak

* * *

Besteen ahuleziak agerian uzten dituen eta lotsa eta
haserrea eragiten diena jakinduriatik eta epaiketa onetik
.urrun dago

* * *

Leku eta garai guztietarako esaerak

Jainkoarekin harmonian daudenek edertasun liluragarria
ikusten dute eta beste inola ere bizi ezin daitekeen
.gozotasun gorena dastatzen dute

Nire arimak Zuri dei egin zionean, Zure isiltasunaren
hodeiak lehertu ziren, Jainko maitea, eta Zure errukiaren
euria uholdeetan isuri zen, Zure graziaren uholde gainezka

bihurtu arte. Zure ibai bedeinkatuak nire izatearen ertzak
irentsi zituen, eta nire arima betikotasunaren uretan
murgildu zen, eta nire bizitza txikiaren burbuila Zure
.existentzia osoaren ozeanoan desegin zen
Nire tutoreak jakinduriaren zizelarekin nola jokatu
irakatsi zidan, jainkozko presentziaren duin den tenplu bat
.egiteko

Helburu noble bat lortu nahi baduzu, hasi horren eredu
mental bat sortzen. Orain edozein norabide sendo ezarri
dezakezu zure kontzientzian ideia sendo bat zure buruan
landatzen baduzu; orduan zure izaki osoa ideia horretara
.egokituko da, eta zure ekintzak harekin lerrokatuko dira
Jainkozko bihotza ukitzen duzunean, zure arazoak
desagertuko dira, maitasunak zure bihotza beteko du eta
esperientzia espiritual zoragarriak iturri garbiak bezala
.dantzatuko dira zure gogoaren lorategietan
Hodei askok ezkutatu eta niregandik ezkutatu nahi
zaituzte, baina irrika malkoen ihintzaren bidez, zure izen
bedeinkatua agertzen zait gortina eta belo guztien atzetik
.letra urrez tatu distiratsuetan distiraka

Kontzientzia garbitasunak egia gardentasunez jokatzeari
esan nahi du

Badira funtsezko beharrak eta batzuek "beharrezkoak"
direla uste dutenak, benetan beharrezkoak ez direnak eta
soberan daudenak. Bizitza sinplifikatu beharko litzateke
oinarrizko beharretan arreta jarritz eta beharrezkoak ez diren
.luxuak ezabatuz

Zein altua zaren, adiskidetasuna, eta zein emankorra
eta sakratua den zure lurra! Maitasuna da zure elikadura eta
.leialtasuna zure edaria

Bi pertsona harmonian eta adostasunean dabiltzanean,
desberdintasunak izan arren, helburu bakar batek batzen
ditu: arimaren bakea eta lasaitasuna aurkitzea maitasun

hutsean eta elkarrekiko leialtasunean, eta maitaleak ez duen
plazerra bilatzen maitearen kontura, orduan, altruismoaren
lorategian, adiskidetasunaren lore usaintsuak loratzen dira
.eta beren usain gozoa zabaltzen dute
Munduak gure adimena beste modu batera entrenatzen
du, hainbeste gauzatara ohituz, ezen zoriontasuna lortezina
dela pentsatzen hasten garen gauza horiek gabe. Baina
bizitza, eta haurren bizitza bereziki, sinplifikatu egin behar
.da; bestela, bizitzak etsipen mingotsen bidez irakatsiko die
Egia pentsamendu edo irudimen hutsa baino
zehatzagoa eta errealistagoa da, baina pentsatzen edo
imajinatzen duguna batzuetan egia bihur daiteke
Irudimena elementu erabakigarria da pentsamendu
sortzailearen prozesuan. Hala ere, irudimenak heldutasuna
lortu eta konbikzio sendo bihurtu behar du, eta hori
.ezinezkoa da borondate sendorik gabe
Zure borondate guztiarekin zerbait bistaratzen baduzu,
zure irudimena konbikzio pertsonal bihurtuko da, eta
konbikzio hori mantentzea lortzen duzunean
Iritzi kontrajarri guztiak gorabehera, zure konbikzioa
errealitatean gauzatuko da
Norberak bere kabuz zutik jartzen ikasi behar du,
.norberaren bertuteek eta autoestimua lagunduta
Poztasun espirituala poz berritua da eta gero eta
gehiago agertzen da Jainkoaz sakon pentsatzen dutenengan.
Erabaki zuzenak hartzen eta gauza zuzenak egiten laguntzen
duen poztasuna da, eta aurkitzen denean, desio eta irrika
osasungaitzak desagertzen dira, poz espiritualarekin
.alderatuta duten erakargarritasuna galtzen baitute
Gure Sortzaile Ahalguztidunak bizitza, indarra eta
jakinduria eman dizkigu, eta gure betebeharra da hari arreta
eskaintzea eta gure bihotzak hari maitasunez, esker onez
.eta haren fabore eta adeitasuna aitortuz altxatzea
Lagundu iezadazu, Jainkoa, ez pizten haserrearen sua,
ez dezadan erreminarekin sugarretan nire baitako eta besteen

baitako bakearen oasi berdeak erre. Lagundu iezadazu
amorruren sua itzaltzen nire maitasunaren euri
.etengabearekin

Nire samurtasunaren eta bakearen aintzira bare eta
geldi egon dadila, miseria baino ez dakarren atsekabearen
.ekaitzek asaldatu gabe

Betebehar sentimenduak bultzatutako ekintzak egitea,
edo beste pertsona baten zerbitzura eta maitasunean
norberaren nahiak sakrifikatzea, askoz hobea da
.beldurragatik egitea baino

Pertsona batek jainkozko legeak haustea uzten duenean
ere, Jainkoarenganako maitasunagatik egin behar du, ez
.haren zigorraren beldurragatik

Edozein dela ere zure beldurra, alde batera utzi zure
pentsamenduak horretatik, utzi Jainkoari eta sendotu zure
.konfiantza harengan

Beldurra beti dago gizakiarekin, eta hori kentzea posible
.da Jainkoaz pentsatuz eta haren presentzia sentituz

Hasieran zaila izan daiteke bertutearen bideetan
ibiltzea, baina bide bedekatuak dira, gogo-bakerantz eta
.benetako zoriontasunera eramaten gaituztenak

Jainkoaren aintza gure bizitzako txoko guztietan distira
dadila, haren maitasuna gure bihotzetan bizi dadila eta
haren argiak gure kontzientzia bete dezala

Oi ene maite jainkotiarra, loreak loratzen dira eta
urtaroak aldatzen dira, eta denek zutaz hitz egiten dute
Ilargi beteak zure irribarrearen ezaugarriak erakusten ditu,
eta eguzkiak zure zeruko lanpara darama Malko itsaso
batean igeri egiten dut, zure irrikaz gainezka Zuhaitzen
hostoetan eta gizateriaren zainetan zure bizitza eta
bizitasuna dabilta, eta zure bihotz kosmikoaren taupada
.sentitzen dut nire baitan taupaka

Zure presentzia sentitzen dudanean, beste mundu
batean esna nagoela sentitzen dut, eta noizean behin lur
honetaz eta gorputz txiki honetaz amesten dut - nireaz.

Zoriontasun amaigabea nago esna, eta lurreko bizitzaren
ametsa zurekin esna igarotako une zoriontsuen oroitzapenek
lurrinduta dago. Amesgaiztoen belar txarrak errotik kendu
ditut nire ametsen lorategitik eta haien ordeztu nire
inspirazioaren arrosak landatu ditut, non nire irrikaren
usainak erakarriko zaituen, eta zu etorriko zara zurekin
.eramatera betiko zoriontasunaren horizonteetara
Jainkoa, egin nazazu garden garbitasunez eta
garbitasunez, zure sendatzeko argia nire baitan atera
.dezadan

Baretu nire gogoaren ispilu dardartia, zure aurpegi
.infinitu islatu dezan

Ireki fedearen leihoak zabal-zabalik, zure bakearen
.usaina arnastu ahal izan dezadan

Oi, Zeure baitan distiratsua zarena, Oi, deskribaezina
den Maiestatea, begira ezazu zu irrikatzen duten nire
.begiekin, zu baino ez dezadan existitzen

Bizitzaren fenomeno eta itxura guztien atzean
Jainkoaren ahots isila dago, etengabe loreen, liburu santuen,
gure kontzientziaren eta bizitza bizitzeko modukoa egiten
.duten gauza eder guztien bidez deitzen diguna

Bilatzaileak gailur espiritualetara iristeko egiten duen
ahalegin oro Jainkoak zenbatzen du berarentzat eta ondo
.saritzen du horregatik

Jauna, eskatzen dizugu gure gogoak zure egiaren
argiarekin argitzeko, gure bihotzak zure maitasunez taupaka
jartzeko eta gure arimak zure pozarekin eta zure graziaren
.ugaritasunez betetzeko

Adimenak zeharkatu ezin duen horizonte garden
horretatik, Jainkoak bere betiko argia isurtzen du Eta adimen
kosmikotik inspirazio sublimeak eta botere bedeinkatuak
datoz, eta jarduera sortzailea adimen ireki eta
harmoniatsuetara isurtzen da

Zure arima, zure bihotza, inspirazio-txinparta guztiak,
zeru urdina, izar distiratsuak, mendiak, lurra, hegaztiak eta

loreak erritmo kosmikoaren, poz espiritualaren eta batasun
unibertsalaren hari bakar batek lotuta dituela konturatzen
zarenean, orduan konturatuko zara denak kostalderik ez
.duen jainkozko ozeanoaren bularrean dauden olatuak direla
Gure Sortzailea ahazten badugu, sufrimendua merezi
dugu. Jainkoa gure maitea dela eta maite gaituela konturatu
behar dugu, eta ezagutza horrek gure arazoetatik eta
.sufrimendutik askatuko gaitu

Jainkoaren benetako maitaleak ez du inoiz haren
bilaketa etenik, nahiz eta hainbat saiakera egin ondoren
aurkitzen ez duen. Ekaitza baretu ondoren olatu batek
ozeanoaren bihotzera itzuli behar duen bezala, bilatzaile
sutsuak ere bai; inplizituki sinesten du oztopoak hautsi
egingo direla eta lehenago edo beranduago ozeano
kosmikoarekin bat egingo duela, ozeano infinitu horrekin,
.zeinetatik etorri eta zeinetara itzultzen den
Adimenak etengabe jainkozko maiteaz pentsatzen
duenean, bihotzak poz eta zoriontasun abestiak abesten ditu
Emanazio espirituala gizakia orain denetik etorkizunean
.izango denera ateratzea da

Pertsona batek ezin du bere benetako izaera
besteengandik ezkutatu, bere pentsamenduen bibrazioak
nolabait bere portaeran islatuko dira eta bere ekintzen bidez
.agertuko dira

Askok dute askatasunari buruzko ideia okerra;
askatasuna pertsona batek nahi duena egitea dela uste
dute, eta nik askatasun horri kapritxoan askatasuna deitzen
.diot

Askatasunaren benetako izaera gaizki ulertzeagatik,
guraso batzuek seme-alabak tradizioaren menpe jartzen
dituzte, haien desioak berehala betez. Haurrak, orduan, uste
du bere nahiak betetzen diren bitartean zoriontsu direla, eta
bizitzaren helburua desio guztiak betetzea dela. Hala ere,
geroago oker zeudela deskubritzen dute, kanpoko mundua
etxeko bizitzatik guztiz desberdina baita, eta ikasten dute

desio guztiak betetzea ez dela erraza! Beste batzuek alde batera utzi eta baztertu egin ditzakete beren desioen bila. Ondorioz, haurra gogortu eta emozionalki sorgortu egiten da bere desioak asetzeko gogo izugarriagatik. Beraz, gurasoek seme-alabei lagundu behar diete beren borondatea eta bereizmena garatzen, munduan bizi ahal izan daitezen, .haren tranpetan eta zuloetan erori gabe

Amak dio: "Maitasunez irakatsi". Noski, haurrak maitasunez tratatzea ona da oro har, baina gehiegizko gozotasunak hortzak hondatzen ditu, eta era berean, gehiegizko mimatzeak haurrak hondatzen ditu. Irmotasun eta erabakitasun maila bat beharrezkoa da, baina haur bat akats batengatik gogor tratatzen eta zigortzen bada, ondorioak latzak izango dira. Oreka egon behar da haurrak nola tratatzen eta jokatzeko diren; aita orok bere izaera maitasunez eta samurtasunez baretu behar du, eta ama orok bere maitasuna jakinduriaz eta arrazionaltasunez ondu .behar du

Pertsona batek Jainkoarenganako maitasun eta irrika egoera psikologiko egonkorra mantendu behar du. Lan asko probatu ditut, baina nire lanaren izaera edozein dela ere, .nire pentsamenduak beti Jainkoarekin daude

Sorkuntza honetaz gozatu beharko genuke, baina esklabo bihurtzen utzi gabe. Eta esperientziak irakatsi dit .Jainkoa aurkitzearen poza paregabea dela

Zeregin garrantzitsuei ekin aurretik, lasai eseri, zentzumenak eta pentsamenduak baretu, sakon meditatu eta jainkozko laguntza bilatu behar da gidaritza espiritualala .eta norabide ona lortzeko

Utzi konturatzen egunsentiaren aurpegian, loreen ezpainetan eta gizon-emakume nobleen aurpegietan dagoen .irribarrea zure irribarrea dela

Ez naute zorte txarren, gaixotasunen edo ustekabeko oztopoen irudi jarraituek eragingo, badakidalako diziplinatutako kontzientzia batek, kontzientzia

kosmikoarekin estuki lotuta dagoenak, ez dituela inplizituki
.porrotak eta eragozpenak jasaten

Askatasunak jakinduriaren arabera jokatzeko gaitasuna

esan nahi du, ez pasioen, ohituren eta kapritxoaren arabera.

Egoari obeditzeak esklabutzara eramaten du, eta
espirituaren bultzadei men egiteak, berriz, mugak
.gainditzeko askatasuna dakar

Jauregi dotore batean edo etxola xume batean bizi

.naizen berdin zait, Jainkoa nirekin dagoen bitartean

Zintzoki irabazitako dirua modu xumean bizitzeko

.erabiliko dut, bizimodu xelebrea alde batera utzita

Jainkoarenganako fedearen eta borondatearen

erabileraren bidez, pertsona batek gaixotasuna, porrota eta

ezjakintasuna gainditu ditzake, baldin eta borondatearen

bibrazioak gaitz fisiko edo psikologikoen bibrazioak baino

indartsuagoak badira. Zenbat eta kronikoagoa izan

gaixotasuna, orduan eta sendoagoa eta erabakiagoa izan

behar du borondateak, eta orduan eta sakonagoa eta

.sendoagoa izan behar du fedearak, nahi den emaitza lortzeko

Inspira nazazu, Jauna, zuregan bakarrik konfiantza

jartzera, eta ez gizakien babes-bideetan. Ez utzi beldurrak

eta antsietateak bizitzako edozein probetarako nire indar

mugagabea paralizatzen. Ez utzi istripuak, hondamendiak

eta zorigaitzak imajinatzen, pentsamenduaren eta

irudimenaren bidez agertzearen beldurrez. Eta konturatu

nazazu, Jauna, esna edo lo nagoen, esna edo ametsetan

galduta, bizirik edo hiltzen, zure presentzia babesleak

.inguratzen eta zaintzen nauela oraindik

Jakintsuek diote: Jainkoaren maitasunak eta bertuteak

bultzatutako egintza onen fruitua harmonia eta garbitasuna

da; desira eta anbizio berekoiek bultzatutako egintzaen

fruitua mina eta sufrimendua da; egintza gaiztoen fruitua

.ezjakintasuna eta ergelkeria da

Ekintza onek zoriontasuna ekartzen dute, eta maitasun

propioak bultzatutako munduko ekintzek, berriz,

sufrimendua eta mina. Hala ere, etengabeko egintza
gaiztoek pertsona baten bereizketa eta ulermen gaitasuna
.suntsitzen dute

Bakean eta harmonian bizi nahi baduzu, zure asmoak
onak izan behar dira, eta adeitasun pentsamenduak eta
maitasun sentimenduak zabaldu behar dituzu. Bizitza
bertutetsua bizitzen baduzu, zure adibidearen eta jokabide
.onaren bidez besteei lagunduko diezu

Antsietatea eta nahasmen mentala sentitzen ditudan
unean, lasaitasunera eta hausnarketara erretiratuko naiz
lasaitasuna berreskuratu arte, eta egun bakoitza Jainkoaz
pentsatuz eta haren laguntza eta gidaritza eskatuz hasiko
.dut

Hartu erabakia gorrotoaren belar itogarriak ez haztea
eta zure bizitzako lorategian sartzea, espiritu noble baten
bertutez gainezka dagoen lorategi batean. Eta zenbat eta
gehiago landu arrosa-antzeko ezaugarri usaintsu hauek,
orduan eta gehiago agerian utziko dizu Jainkoak zure baitako
.existentziaren sekretu handiena

Bizitzaren helburua bakea, asebetetzea, hilezkortasuna,
segurtasuna eta egiaren ezagutza lortzea da, eta gure baitan
pizten diren desio horien bihotzean gure barneko jainkozko
.esentzia dago

Aurki dezadala nire askatasuna Zugan, Jauna, eta
kontura naiteke nire benetako etxea Zure existentzia osoa
.dela eta Zure kontzientzia kosmikoaren parte naizela
Oi itsaso zabal eta jainkotiarra, utzi nire desioen ibaiak,
oztopo eta oztopoen basamortuetan zehar doazenak,
.azkenean zure sakontasun handietan nahasten
Jainkozko gotorlekuan bakarrik aurkitzen dugu babes
eta segurtasuna, eta ez dago babesleku seguruagorik
Jainkoarengandik hurbil sentitzea eta haren presentzia
.ukitzea baino

Gizakiak ohiturek gobernatzen dituztenez, eta horiek
beren joerak, izaera eta desirak moldatzen dituzte, ohitura

horiek txarrak badira, izaera kaltegarri bihurtzen da eta ekintzak gaizto. Beraz, komeni da ohitura onak lehenestea, gure ekintzak eta pentsamenduak helburu nobleetarantz gidatzen baitituzte eta osasuna eta zoriontasuna ekartzen .dizkigutelako

Arima triste eta sufritzen ari diren lekuetan, nire erosotasuna aurkitzen dut haiei zerbitzatzean eta kontsolatzean. Nire ahala egingo dut besteei poza ekartzeko eta haien sentimenduekin enpatizatuko naiz nireak balira .bezala

Gizakietan gaitasun mentalak badaude, baina pertsona gehienengan garatu gabe jarraitzen dute, eta gaitasun horiek ez lantzeak ondorio larriak dakartza. Gorputzak bezala, adimenak elikadura egokia eta ariketa fisikoa behar .ditu osasunerako eta bizitasunerako

Diamante batek argia jasotzen eta islatzen du, eta hala egiten dute Jainkoa ezagutzen duten eta haren presentziaz .distiratzen duten arima garbi eta gardenak Jauna, zu zara bizitzako benetako aberastasuna, eta lehenik zu aurkituz gero, zugan aurkituko dut behar dudana .guztia

Jendeak normalean janarian, airean eta eguzki-argian bakarrik jartzen du arreta osasun ona mantentzeko, baina baliteke osasuna okerrera egiten duen une bat iristea, kanpoko bizi-iturri horien ugaritasuna izan arren. Orduan sortzen da gorputzaren energia-erreserbak barrutik .birkargatzeko beharra

Nire gogoaren ontzia arriskuak eta arriskuak dakartzaten irrika zikoitzen harkaitzetara hurbiltzen bada, ezjakintasunaren ekaitz bortitzek bultzatuta, izan zaitez, ene Jainkoa, nire itsasargia eta gidatu nazazu beti zure .zuzentasunaren eta ontasunaren ertzetara

Pentsamendua sugar baten antzekoa da, zeinaren indar kontzentratua lorpena eragozten duten oztopoak erretzeko .erabili behar den

Jainkoa maitasun jainkotiar etengabearen bidez aurki
daiteke. Jainkoa bere opariak baino gehiago maite
dugunean, guregana etorriko da. Borondate askea eta
aukeratzeko ahalmena eman dizkigu, munduko opari labur
eta hutsalen eta harenganako hurbiltasunaren eta bere
.presentzia bedeinkatuaren pozaren artean bereiz dezagun
Memoria eman ziguten gauza onak gogoratzen
praktikatzeko, azkenean ongi handiena gogoratu arte:
Jainkoa

Zure maitasunaren haizea niregandik igarotzen da,
Jauna! Eta nire bizitzako hostoak pozik dantzan ari dira Zure
etorrerarekin Haien xuxurlak airean zehar hedatzen dira,
nekatuak Nire bake espiritualaren itzalean atsedean hartzera
.gonbidatuz

Bizitzako zailtasunek ez dute kalterik egiteko asmorik;
aitzitik, arazoek eta gaixotasunek ikasgaiak eskaintzen
dizkigute. Gure esperientzia mingarriek ez dute suntsitzeko
asmorik, baizik eta gure iturri garbiarengana —
Jainkoarengana— itzulera bizkortzeko, zeinak modu
guztietan lan egiten baitu guri laguntzeko eta gure zeruko
.etxera itzultzeko

Infinitua da gure benetako etxea, eta lur honetara eta
gorputz fisiko hauetan egiten dugun bidaia bisa-bidaia labur
.bat bezalakoa da

Jauna, badakit laudorioek ez nautela goratzen, ezta
kritikak gutxiesten ere. Naiz naizen bezalakoa nire
kontzientziaren aurrean eta zure aurrean. Bide honetatik
jarraituko dut, ahal dudan guztia eginez guztiei zerbitzatzeko
eta zure faborea irabazteko ahaleginduz; horretan datza nire
.zoriona

Izaki paregabea zara eta zure esentzia zoragarria da,
beraz, ezagutu zure benetako nia
Zure etorrerarekin batera, nire irrika kimuak lore
usaintsu eta bizietan loratuko dira

Jauna, bizkortu egun horren etorrera, lore ihintzdun
horiez lepoko bat ehunduko dudanean eta zure atarian
.jarriko dudanean

Bere buruari bakarrik atsegin emateko etengabe
ahalegindu beharrean, besteak ere zoriontsu egiten saiatu
beharko luke. Besteei laguntza espirituala, intelektuala edo
materiala eskaintzen saiatzen denean, bere beharrak
asetuta daudela eta bere bizitzaren kopa pozez gainezka
.dagoela ikusiko du

Lurreko iluntasunaren aurkako garaipen bikaina lortzen
dutenek aintzaren argia izango dute beren zati gisa eta
.barne bakea eta zoriontasuna gozatuko dituzte
Jauna, etengabe barreiatu zure bedeinkapenen haziak
nire bihotzeko lurzoruan, erregu bidez goldatua, itzalpeko
zuhaitz bihurtu daitezten, eta haien adarrek autoezagutzaren
.fruitu gozoenak eta goxoenak eman ditzaten

Askotan mina jasaten dugu aldatzeko ahaleginik egin
gabe, eta horregatik ez dugu bake eta asebetetze
iraunkorrik aurkitzen. Iraun eta ahalegina egingo bagenu,
zailtasun guztiak gainditu ahal izango genituzke, zalantzarik
gabe. Miseriatik zoriontasunera eta etsipenetik ausardiara
.igarotzen ahalegindu behar dugu

Oi Jainkozko Maitasuna, batu nire maitasuna Zure
maitasunarekin, nahastu nire bizitza Zure pozarekin, nire
adimena Zure kontzientzia kosmikoarekin, eta ase ezazu nire
.egarria Zure betiko pozaren iturritik

Bilatzaile zintzoaren bihotzak beti xuxurlatzen du: "Ene

Jainkoa eta ene Maitea, ez dut mundu ilusiozko honen
nahasmenean murgildu nahi, eta nahi dudan guztia Zure
maitasuna esnatzea da jendearen bihotzetan. Nire bihotza,
nire arima, nire gorputza, nire adimena eta daukadan guztia
Zurea da, Jauna". Bilatzaile horrek Jainkoarengana iristen da
.eta hura ezagutzen du

Jauna, eman iezaguzu anaitasunaren ulermen berri eta
egiazkoa. Ut ditzagun gerrak eta senda ditzagun nazioen

zauriak maitasunaren balsamoarekin eta ulermen
.errukitsuaren erosotasun iraunkorrarekin
Bedeinka gaitzazu, gutiziatik, engainuaren
nagusitasunetik eta ilusioen kontroletik askatu gaitezen, eta
lagundu gaitzazu gaixotasuna, ezjakintasuna eta gosetea
iragan ilun eta latz baten ametsak baino ez diren mundu
.berri bat eraikitzen

Ez dezagun arazo guztiak oihaneko logikaz konpontzen,
baizik eta ulermenarekin, egiarekin eta Zuganako eta Zure
.jainkozko justiziarenganako fede sendoarekin
Bizitzak hemen elkartu gaitu denbora batez, eta
ondoren gure bideetatik joango gara. Baina Jainkoaren
maitasuna gure baitan bizi bada, ez du axola nora goazen,
zenbat urrundu arren, jainkozko maitasunaren zirkuluan
.geratuko baikara eta ez gara inoiz benetan bananduko
Jauna, egin nazazu aurrerapen espiritualaren arrano bat,
estutasun eta muturreko kalezuloen gainetik hegan egiten
.duena

Deitu nazazu gero eta horizonte altuagoetara, lur-
dardara bizien eta eguzki-argia blokeatzen duten hodeien
haratago

Utzi orekaren hegoak hartzen ondo bizitzeko, eta utzi
ekaitz eta urakan guztien gainetik dauden zeru garai
horietara hegan egiten, non horizonte zabalak eta pertzepzio
.sublimak dauden

Bakea dator maitasunari eta adeitasunari gure bihotzak
irekitzen dizkiogunean. Bihotz maitekorra dutenek eta lan
onetan aktibo daudenek bakea bizi dute, haien baitan bizi
delako. Bakea zeruko santutegia da eta bizitza zoriontsu
.baten oinarria

Beti pentsatu beharko genuke loreen atzean dagoen
jainkozko edertasunaz, eguzkiaren atzean dagoen argi
.kosmikoaz eta begi guztietan distiratzten den bizitza handiaz
Pertsona bat benetan jatorra denean eta besteekiko
errespetua erakusten duenean, eta laudorioak modu berean

itzultzen dituenean, beti tratatuko dute esker onez eta
.errespetuz

Nire maitasuna besteengana zabalduko dut, Jainkoaren
maitasuna niregana etorri eta nire bihotzean bizi dadin ate
.bat ireki ahal izateko

Jauna, utzi nazazu atsekabearen sakonean itota
daudenentzako itsasargi izaten. Lagundu iezadazu besteei
poza ekartzen, eman didazun poz espiritualagatik esker
.onez

Gorrotoa urtuko dut nire maitasunaren sutan, eta
besteak barkatuko ditut eta maitasuna emango diet bihotz
.egarri guztiei

Benetako maitasuna maitearen erosotasunaz gozatzen
duen maitasuna da

Zure argia distira dezagula, Jauna, eta zure maitasunak
gure bihotzak bete ditzala betiko

Ekimen-espiritua izateak esan nahi du inork lehenago
egin ez duen zerbait asmatzeko aukera ematen dion
irudimen sortzailearen ahalmena izatea. Pertsona oro
.jaiotzen da Jainkoak emandako dohain honekin

Maitasun handiena jainkozko maitasuna da, bizitza
hitzez haratago edertzen duena Jainkoa zurekin sentitzen
duzunean, zauden lekuan zaudela zuregana datorrela eta
.zure urratsak gidatzen dituela, jainkozko maitasuna hasi da

Egiaren indarra haizearen aurka doa
Jauna, zailtasun aldi baterakoei aurre egiten diedanean,

gogora nazazu iraganean nirekin izandako bedeinkapen
ugariak, jakinda zure laguntzak ez nauela inoiz alde egiten
eta zure zaintza beti dagoela nirekin. Zuri eskerrak ematen
dizkizut zure eskuzabaletik jasotzen dudan bedeinkapen
.orogatik

Maitasun tantak distiratzen dute arima onetan, eta
Jainkoa maitasunaren itsasoan bakarrik aurki daiteke
Ulermena da pertsona baten bidea argitzen duen eta
arrakasta ekartzen dion lanpara

Udaberrian, Jainkoak natura arrosa eta lore ederrenekin
.apaintzen du, jantzi dotoreekin eta kolore biziak
Bakea da Jainkoaren Presentziara hurbiltzen ari dela
iragartzen duen lehen heraldoa. Ondoren, bakea poza
.amaigabea baino argi distiratsuagoak bihurtzen da
Meditazioaren itsasoan sakontzen dudanean,
bedeinkatutako dardara bat sentitzen dut nire izatearen
barruan eta xuxurlatzen duen ahots bat entzuten dut: "Gertu
"nago

Barrura begiratu behar da, arimak bere burua
adierazten duen lekura. Arimaren sakonetik sortzen dira
.barne-bizitzako esperientzia guztiak
Arimak jainkozko kontzientziarekin bere burua
gauzatzen duenean, poz handia eta espazio mugagabea
.hedapena sentitzen ditu
Zure gaitasun naturalez gain, zure bidean jar daitezkeen
oztopo guztiak gainditzeko, eskura dituzun kanpoko
bitarteko eta baliabide guztiak erabiltzen badituzu, Jainkoak
eman dizkizun botereak garatuko dituzu: zure izatearen
.sakonenetik sortzen diren botere mugagabe horiek
Maitasunak Jainkoarengana eramaten duen urrezko
bidetik egiten du
Gaizki-ulertuen iluntasuna sartu den leku guztietan
.zabalduko dut nahi onen eta asmo onen eguzkia
Zailtasunek erasotzen zaituztenean, baina oztopo eta
eragozpen guztiak gorabehera, saiatzeari eta ahalegina
egiteari uko egiten diozunean, orduan Jainkoak erantzungo
.dizu eta zure ahaleginak arrakastaz koroatuko ditu
Jauna, irrika lorea kenduko dut nire bihotzeko lorategitik
.eta maitasun eskaintza gisa jarriko dut zure atarian
Gure pentsamenduak eta hitzak etorkizuneko uza
ekarriko diguten haziak direnez, gaur hasiko naiz nire
.kontzientzia pentsamendu on eta positiboekin betetzen
Nire kontzientziaren planoan hegan egiten dut eta
hegan egiten dut gora eta behera, iparraldera eta eskuinera,

barrura eta kanpora eta nonahi, espazioko txoko guztietan
Jainkoaren presentzian nengoela eta oraindik nagoela
.aurkitzeko

Bizi une bakoitza Absolutu infinituarekin duzun
harremanaren kontzientzia. Zure kontzientziarentzat ez
dago mugarik, eta gauza guztiak keinuka eta distiratzten
.dute zure izatearen zeruko izarrek bezala
Askapena, edo atxikimendu eza, bilatzaileak urratzen
duen bide jakintsua da, gauza hutsalen gainetik borondatez
igotzen dena gauza handiagoen mesedetan. Ez du bere
burua lotzen plazer sentsual laburretara barne-poza berritu
baten bila. Askapena ez da berez helburu bat, baina
arimaren bertuteak eta botere espiritualak agertzeko bidea
.zabaltzen du

Garaile espiritual bizitzaren bideetan ausart aurrera
doa

Pertsona batek bere egungo bizitzaz ahalik eta etekin
handiena atera behar du, bere bihotzeko leihoak ireki eta
.bere arimaren gaitasun lozorrotuak esnatu eta berpiztu
Aldaketaren eta eraldaketaren maskaren atzean
jainkozko presentzia dago. Eta bere gogoaren ispilua
geldiarazi eta dardarka ez egitea lortzen duenak, ispilu garbi
.horretan ikusiko du maite kosmikoaren aurpegia
Maitasuna heriotza eta denboraren hondamendiak baino
indartsuagoa da

Autoanalisia da arrakastaren gakoa, eta hausnarketa
ispilu bat da, zeinaren bidez gure bistatik ezkutatuta
geratuko liratekeen barne-txokoak ikusten ditugun. Gure
gabeziak diagnostikatu behar ditugu, joera positiboak eta
negatiboak bereizi, eta aurrerapenaren eta arrakastaren
.oztopoak identifikatu

Zein zoragarria zaren, adiskidetasuna! Zu, zintzotasun
eta adiskidetasun kezketatik edaten duzuna, eta zeinen
hostoak bihotz zintzo eta leialen sakonetik sortzen den barne
.eta kanpoko gozotasunaren ihintzak bustitzen dituen

Behin, harea pila bat igotzen saiatzen ari zen inurri txiki
bat ikusi nuen, eta neure buruari pentsatu nion: inurriak
Himalaia igotzen ari dela pentsatuko du! Harea pila erraldoia
iruditzen zitzaion inurriari, baina ez nire begietarako. Era
berean, gure milioika eguzki-urte minutu bat baino gutxiago
.izan daitezke Jainkoaren gogoan
Betikotasuna eta infinitua bezalako gauza handiei buruz
.pentsatzen trebatu behar dugu geure burua
Infinituaren munduan zehar ibili nintzen eta argiaren
lurraldeko laino distiratsua ikusi nuen, eta distira bizi
horretan denboraren orrialdeetan idatzitako sekretuen
.esanahiak irakurri nituen
Lo egiten duzunean, pentsamenduak eta sentimenduak
pasiboki isilarazten dituzu. Baina meditazioaren bidez
pentsamenduak eta sentimenduak kontzienteki isilarazten
dituzunean, lehenengo bizitzen duzuna bake egoera bat da,
eta zure aurpegiko muskuluek naturalki barne bakea islatzen
duen irribarre bat osatzen dute. Baina bake egoera honetatik
haratago begiratu behar duzu zure arimaren garbitasuna
hautemateko: estimulu sentsozialek edo zentzumenekin
lotutako pentsamenduekiko erreakzio automatikoek kutsatu
gabeko garbitasuna. Orduan bizitzen duzun egoera betiko
.zoriontasun berritzailea da
Ilargiaren argitan ur ontzi bat jartzen baduzu eta gero
nahasten baduzu, ilargiaren irudi desitxuratua sortuko duzu.
Ura ontzian gelditzen denean, isla garbi bihurtzen da.
Ontziko ura geldirik dagoen eta ilargiaren aurpegia argitasun
oso islatzen duen uneak bake kontenplatibo egoera batekin
eta lasaitasun sakoneko egoera batekin konpara daitezke.
Kontenplazioaren bakean, sentsazio eta pentsamendu uhin
guztiak gogotik isurtzeari uzten diote. Eta bake egoera
sakonago honetan, pertsona kontenplatiboak, lasaitasun
horretan, jainkozko presentziaren ilbetea ikusten du
.arimaren lakuan islatuta

Pertsona arruntak ezagutzen dituen lau egoera daude:
zoriona desio bat betetzean, zoritxarra ukatzean, asperdura
ez zorientsu ez deprimituta ez dagoenean, eta bakea emozio
horiek edo plazer, min eta asperdura egoera psikologikoak
.gainditzean

Bakea egoera oso desiragarria da, atsekabearen eta
plazerraren gabeziaren eta asperduraren gabeziaren
ondorioz sortzen dena. Egoera hauek etengabe aldatzen eta
uhintzen dira arimaren gainazalean. Minaren eta plazerraren
olatu nahasietan ibili ondoren, nekearen sakonean behin eta
berriz murgildu ondoren, bakearen itsaso barean flotatzean
poza dago. Baina bakea baino handiagoa da estasi
espirituala —arimaren zoriona—, zorientasun gorena. Betiko
poza da, inoiz desagertzen ez dena, baina arimarekin betiko
irauten duena. Poztasun goren hau jainkozko presentziaren
.kontzientziaren bidez bakarrik lor daiteke
Benetako irribarrea zorientasun espiritualaren irribarrea
da, Jainkoa kontenplatuz eta pentsatzetik eta haren
.presentzia sentituz lortua
Nire irribarrea barneko poz sakon batetik sortzen da —
denon eskura dagoen poz batetik— Loratzen ari den arrosa
baten bihotzetik ateratzen den usaina bezalakoa da.
Gozamen handi honek besteak gonbidatzen ditu
.zorientasunaren ur sakratuetan murgiltzera
Barkamen bedeinkatuaren argitan, urte askotan zehar
pilatutako gorrotoaren iluntasuna desagertzen da
Jainkoak azkar asetzen ditu bere gurtzaileen behar
guztiak, ahaleginak zapuzten eta itxaropenak zapuzten
.dituzten motibo berekoietatik askatu direlako
Jainkoak babesten duena, ezerk ezin du suntsitu
Ez gaude bakarrik mundu honetan, Jainkoa gurekin
baitago, eta iraunkorrak, intimoak eta adiskidetsuak diren
harremanak daude, eta horietatik laguntza eta poza jasotzen
.ditugu

Jakinduriaren zeruko gidaritza-izar distiratsua, zure
distira biziak zure bedeinkatutako horizonteak arakatzera
gonbidatzen nau, eta nire irrika-txoria abiadura handiz doa,
atmosfera trinko eta iluna zeharkatuz, zure irrika eta zure
.distira sakratuenean murgilduta

Norberaren nortasuna garatzen eta loratzen hasten da
norberak sentitzeko gai denean - barne sentsazio intuitibo
bidez - ez dela gorputz fisiko solidoa, baizik eta gorputzaren
.barruko korrante espiritual betierekoa

Dizipuluaren bihotza Jainkoarenganako maitasunez
gainezka egiten denean, bere aurpegia bake eta
jakinduriatzko irribarre batekin distira egingo du, eta bere
arima inguratzen duten ezjakintasun geruzak erabat xehatu
.eta desagertuko dira

Lore edo zuhaitz bati begiratzen diozunean, badakizu
bizitza forma eder hauek ez direla bere kabuz sortu. Jainkoa
da moldatu eta usain eta edertasun paregabeaz hornitu
.dituena

Beti bete zure betebeharrak, txikiak zein handiak, arreta
handiz, gogoratuz Jainkoak zure urratsak gidatzen dituela
eta zure ahaleginak indartzen dituela zure asmo nobleak
.lortzeko

Pertsona batek bere esentzia espiritualarekin
konektatzen denean, ahaztutako aro iragankorrak eta
arimaren botere hilezkoak bere kontzientziara itzultzen
dira. Meditazioan, gogoratzen da arima hilezkorra dela, ez
.gorputz hilkorra

Nonahi aurkitzen ditugu pertsonak, onak zein txarrak,
beren erara zoriontasuna bilatzen. Inork ez du bere buruari
kalterik egin nahi. Beraz, zergatik jokutzen dute batzuek
mina eta atsekabea eragiten dieten moduan? Ekintza horiek
.ezjakintasunak eta engainuak bultzatuta daudelako
Jauna, eskatzen dizugu zure jakinduriaren argiarekin
distira egin diezaguzula eta ezjakintasunaren eta
.engainuaren iluntasuna kendu diezaguzula

Pertsona kontziente batek beldurtia baino zuhurra izan
behar du, eta ausardia eta arduragabekeriarik gabe landu
behar du bere baitan, beldurra eta antsietatea eragin
.dezaketen egoeretan ez jartzeko

Jakinduria ez dago kanpotik datorren informazioaren
injekzioaren menpe, barne-onarpenaren boterearen menpe
baizik, eta horrek zehazten du eskura daitekeen benetako
.ezagutza kopurua eta ezagutza hori lortzeko abiadura

Mundu hau Jainkozko Zuzendariaren gidaritzapean gure
eginkizunak betetzen ditugun eszenatoki bat besterik ez da.
Esleitzen zaizkigun eginkizunen izaera edozein dela ere, beti
.gogoratuz gure funtsezko izaera betiko zoriona dela
Jakintsuen artean jakintsuena Jainkoa ezagutzen
saiatzen dena da, eta arrakastatsuen artean arrakastatsuen
.Jainkoa aurkitu duena da

Jainkozko Maitea, izan bedi lehen lekua gure bizitzetan,
bete bedi zure maitasun sendagarriak gure bihotzak, eta
uxatu bedi zure argi bedeinkatuak kezkaren iluntasuna gure
.arimetatik

Askatasunak kontzientziaren arabera jokatzeari esan nahi
du, ez ohituraren eta desiraren aginduen arabera. Egoari eta
haren kapritxoei men egiteak mugak sortzen ditu, eta
jakinduriaren bultzadei kasu egiteak, berriz, muga horietatik
.askatzea dakar

Bake mentala aurki daiteke ezaugarri onak kontzienteki
eta nahita garatuz, eta, guztiz garatuta daudenean, ezin
zaizkio jabeari kendu, berak bere borondatez uko egitea
.erabakitzen ez badu behintzat

Jende gehienak zoriontasuna bilatzen du metodo
okerrak erabiliz. Batzuek uste dute zoriontasuna bikoiztu
dezaketela jokabide okerrak eta ekintza osasungaitzak
hartuz, zoriontasun izugarri eta iraunkorraren promesa
distiratsuak eskaintzen dituztenak diruditenak, eta promesa
faltsu horiek engainatzen dituzte, benetako zoriontasunaren

zaporea ezin baita dastatu ilusio faltsuen eta ekintza okerren
.infernuan

Minutu bakoitza betikotasuna da, betikotasuna minutu
horretan bizi daitekeelako. Egunak, minutuak eta orduak
betikotasuna ikusteko leihoak dira. Bizitza laburra da, baina
aldi berean amaigabea eta mugagabea. Arima hilezkorra da,
eta giza bizitzaren kapitulu labur honetan, eskuragarri dugun
.potentzial eta aukera oro aprobetxatu behar dugu
Hitz espiritualak haziak bezalakoak dira, lur emankorra
behar dutenak ernetzeko, hazteko, loratzen eta fruituak
.emateko

Hazkunde espiritualak auto-hausnarketa, bizitzako
lehentasunak berrantolatzea, ohitura kaltegarriak
identifikatzea eta ezabatzea, eta osasun-arauak eta legeak
betetzea eskatzen du, ulermen espiritualaren bilakaerarekin
.eta indar mentalaren hazkundearekin bat etorritik
Dizipuluak jainkozko poza dastatzen duenean, Jainkoa
beste edozer baino errealagoa bihurtu zaiola ikusiko du, eta
jainkozko presentzia ukitzea zentzumen-plazer batek ere
.ezin parekatu dezakeen zoriona dela konturatuko da
Jainkoak gizakiaren kontzientzia espirituala esnatzeko
eta bere borondatea norabide egokian gidatzeko lan egiten
du bertutearen edertasunaren, tolerantziaren
handitasunaren, jakinduriaren maiestatearen eta zoriontasun
.espiritualaren distiraren bidez
Ez ditut besteak ezezaguntzat hartuko, denak nire anaia
edo arreba direla sentitzen dudalako. Nire bizitza
arrakastatsua eta betegarria egingo dut, besteei arrakasta
eta helburuak lortzen laguntzeko. Besteekin enpatizatuko
dut eta errukia erakutsiko diet neure burua erakusten dudan
bezala. Jainkoa maitatuko dut profetek eta santuek maite
zuten bezala, eta berekoikeria botako dut besteekiko
.maitasunaren putzuan
Heriotzaren menpe dagoen bizitza lurtar iheskor honen
atzean, bizitza betiereko eta aldaezina dago. Gorputza

usteltzen eta hiltzen diren elementu kimikoz osatuta dago,
baina existentzia iragankor honen atzean, Jainkoaren
presentzian dagoen bizitza betiereko eta zeruko bat dago.
Beraz, ez genuke gure arreta guztia gorputz iragankor
honetara mugatu behar, eta hura nahi dutenek haren probak
.jasan eta haren nagusi bihurtu behar dituzte
Gaur beharrean daudenei laguntzen saiatuko naiz eta
.ahal dudana gose direnei ematen
Jainkoaren babespean seguru eta babestuta nago, eta
nire kontzientzia garbiaren hormen atzean ontasunaren
argiarekin bat naiz, nahasmen eta antsietate itsaso batean
atsekabearen olatuek astintzen dituzten arimen itsasontziak
.gidatzen dituen
Gaur Jainkoa sentitzen dut nire baitan dardarka dabilen
eta nire bihotzeko hariak astintzen dituen bakearen
dardartian
Ahal dudana guztia egingo dut besteak zoriontsu egiteko,
neure burua zoriontsu egiten saiatzen naizen bezala, eta nire
zoriontasun espiritualaren bidez jainkozko maitasunaren
etxeko guztiei zerbitzatuko diet eta ez dut ezeren beldur
.izango nire kontzientzia engainatzen saiatzen banaiz

.Arimaren lorategietatik

Nonbaitera joateko asmoa duzu, eta presaka ibiltzen
zara hara azkar iristeko. Iristen zarenean, ohartzen zara ez
duzula lekua gustuko sentitzen duzun irrika, antsietatea eta
agian baita nahasmena direla eta. Horren ordeztu, saiatu
lasaiago, lasaiago eta orekatuago egoten. Zure
pentsamenduak kezka eta asaldurara jotzen badute,
.indarrez erreprimitu itzazu lasaitasuna berreskuratu arte
Zirrarak nerbio-sistemaren orekan eragin negatiboa du,
gorputzeko atal batzuetara energia kantitate handia
bidaltzen baitu, beste batzuei beren zati naturala kentzen
dien bitartean. Energia- banaketaren desoreka hori da
urduritasunaren kausa. Gorputz lasai eta erlaxatuak

nerbioak baretzen ditu eta ongizate psikologikoa sustatzen
.du

Jainkoarekin harmonian, barne-ikuspegia pixkanaka
garatzen hasten da. Fede osoa izan behar da Jainkoak
bihotzeko otoitz guztiei erantzungo diela. Argitasuna bilatzen
dion edonork bere ikuspegia irekiko du eta bere adimena eta
.bihotza argituko ditu

Ikuspegia irekitzen denean, bihotzetik datorrela dirudien
sentimendu gisa agertzen da, argitasun eta zehaztasun
sakoneko sentimendu gisa. Sentimendu honen bidez,
bilatzaileak konbentzimendu sendoa eta bide zuzena
jarraitzeko gidaritza sendoa lortzen ditu, eta pixkanaka
.sentimendu hori ezagutzen eta fidatzen hasten da

Horrek ez du esan nahi pentsatzea erabat uztea;
pentsamendu lasai eta inpartzialak ere ulermenera
eramaten du. Pentsamendu emozionalak, harrokeriak eta
auto-garrantziak bultzatuta, gaizki-ulertuetara eta ondorio
.okerretara eramaten du

Baztertu zalantza suntsitzaileak eta sinesmen faltsuak
bihotz-bihotzez, eta bihurtu zure bihotza eta arima fedearen
eta Jainkoarenganako konfiantza osoaren eremura.
Kontenplazioaren baretasunean, zure kontzientziak egian eta
ulermen zuzenean zentratu ahal izango du. Esperientzia
honetan, fedea loratu eta garatzen da, eta ikuspegi
sakonaren bidez, begiak ikusi ez duena, belarriak entzun ez
.duena eta giza gogoak pentsatu ez duena biziko duzu
Nire irrika eta erregu bakoitzak ateak eta leihoak
irekitzen ditu nire ariman, eta horietatik Jainkoaren
.zoriontasunera igarotzen naiz

Eguzkiak errepide jendetsuenetan distiratzen duen
bezala, jainkozko maitasunaren izpiak ikusiko ditut nire
.eguneroko jardueren leku jendetsu guztietan
Bedeinka nazazu, Jauna, egunsentiarekin batera nire
.arima esnatu eta zure atari bedeinkatura eraman dezadan

Jauna, eman iezadazu espiritu eskuzabala daukadana
besteeekin partekatzeko, eta lagundu iezadazu nire gogoaren
laku lasaian nire arimaren ilargiaren isla ikusten, Zure
.presentziaren argiaz distiratzen

Gaur Jainkoarenganako hausnarketa eta hausnarketaren
itsasoan murgilduko naiz, jakinduria eta jainkozko pozaren
.perlak aurkitu arte

Jauna, beste edozer baino gehiago maitatuko zaitut, zu
.gabe ezin baitut inongo gizaki edo beste ezer maitatu

Mendien sakonean eta zeru bareetan, eta nire arimaren
sakonean eta isiltasunaren kobazuloan, Jainkoaren
presentzia sumatzen dut eta haren etengabeko poza
sentitzen dut, eta haren iturri garbietatik edaten dut, inoiz
.amaitzen ezta betikotasun osoan lehortzen ez direnetatik

Maite zaitut eta gurtzen zaitut, Jauna, zeinaren
maitasuna nagusi den bihotz on eta maitekor guztietan
Norbaitek Paramahansa irakasleari eskatu zion nortasun

magnetiko eta erakargarri bat garatzeko modu bat
erakusteko, eta hark esan zuen: Besteekin elkarreraginean
mentalki presente egon behar duzu, arreta faltak kalte
handiagoa egiten baitio norberaren izaerari beste edozerk
baino. Noski, ez naiz pertsona handien arreta faltaz ari,
zeinen pentsamenduak normalean gai sakonetan murgilduta
.baitaude

Beti egon erne eta jakitun, eta iman erakargarri
.bihurtuko zara

Inori ez zaio gustatzen alde batera utzia izatea. Guztiok
nahi dugu gure sentimenduak kontuan hartuak izan daitezen
eta kontuan hartzea, eta era berean, besteen sentimenduak
kontuan hartu eta errespetua erakutsi behar diegu harmonia
eta ulermena lortzeko. Horretarako, erne, pertzeptiboa eta
.inguruko guztiei arreta jarri behar diezu

Hildakoek ez dute besteak iraintzeko botererik, baina
haiei jaramonik egiten ez dienak bai

Besteekin zaudenean, arretaz, energiaz eta
interesarekin elkarreragin haiekin, baina saihestu zeure
.buruaz hitz egitea

Denek nahi dute beren buruaz hitz egin, baina ikuspegi
ahula da. Utzi besteei beren buruaz hitz egiten nahi badute;
entzun zer esan behar duten. Utzi beren arazoez, lorpenez
eta inpresioez hitz egiten, baina utzi zure magnetismoak
zure izenean hitz egiten. Lanpararen argiak berez argi hitz
egiten du; utzi zure bibrazio isilak zure izenean hitz egiten
.argitasun berdinarekin

Jainkoak ikuskari batean erakutsi zidan guduan hiltzen
direnek heriotzaren amets ikaragarria dutela, baina onak
gorputzetik altxatzen diren bezain laster amesgaizto
kezkagarri batetik bezala esnatzen direla eta pozik daudela
.hortik libre egoteaz

Gure bizitzako esperientzia guztiak amets kosmikoaren
parte dira. Gizateriak gerraren amesgaiztoa sortu zuen,
baina amesgaizto honen biktimek beren gorputzak uzten
dituztenean, konturatzen dira amets ikaragarri bat izan zela
eta bertatik esnatu direla, eta ulertzen dute ez daudela
.hilda. Hau egia metafisiko sakona da

Pertsona batek ametsetan ari dela jakingo balu, ez luke
amets-esperientzia kezkagarriarik jasango. Baina ametsaren
barruan autoerrealizazioa lortzen badu eta norbaitek kolpe
hilgarri bat ematen badio, amets-heriotza benetako eta
beldurgarria dirudi, esnatu eta ez zela erreala konturatzen
.den arte

Hau heriotzaren ondorengo egoerari ere aplikatzen zaio.

Gure gorputzak uzten ditugun bezain laster, konturatzen
gara gure kontzientzia ez dela hil, baizik eta gorputzetik eta
haren muga eta muga materialetatik askatu garela, eta
.askapen horretan askatasun handia dago

Ez genuke inoiz heriotza eskatu behar, baizik eta gure
kontzientzia prestatu behar dugu Jainkoarekin harmonian
egonez eta Harengan meditatuz, heriotza bere garaian

iristen denean amets bat baino gehiago bezala ikus
.dezagun

Bizitzaren eta heriotzaren amets-izaera ikus dezaket
nahi dudanean Beraz, ez diot garrantzi handirik ematen
gorputz honi

Nerbio-sistemaren azpian fisiologia espiritual bat dago,
gizakiei kontzientziaren garapenaren etapa gorenetara
.iristeko aukera ematen diena modu paregabe

Giza garuna, baleak eta elefanteak izan ezik animalia
gehienen garunak baino handiagoa dena, konplexuagoa da
eta pentsatzeko gaitasun handiagoa du. Horrek giza garuna
tresna egokia bihurtzen du gizakientzat, beste izakiek baino
kontzientzia aurrerratuagoa baitute. Garunaren konboluzio
korapilatsu eta konplexuek gizakiei sakonki eta sakonki
pentsatzeko aukera ematen diete. Beraz, gizateria bakarrik
da gai bereizketa-maila aurrerratuak lortzeko, eta, ondorioz,
bere Sortzailea ezagutzeko. Pertsona jakintsua da bere
gaitasun intelektualak gizateriaren zerbitzura eta onurarako
erabiltzen dituen, maila material, intelektual eta
.espiritualean

Negua bere lili-antzeko kapa hotz, zuri eta zuriarekin
iritsi zen

Udako pozetarako nire nahiak desagertu egin dira
Zure bihotz onaren berotasuna bilatzeko esan zidaten
Eta udaberria agertu zenean, dantzan, lore mota

guztiekin apainduta
Zelai eta muinoen usainarekin, maitatzeko esan zidaten,
ene Jainkoa

Eta uda iritsi zen, bere melodia berdeak hosto samurren
artean kantatuz, makalen zurrumurrua eta pinuen
zurrumurrua

Errezitatzeko eskatu zidan
Lur bigun eta samurrak ere laztandu zituen nire oin
presatuak

Eta zure santutegi guztiz existitzailera hurbiltzeko
eskatu zien

Usain leunak bere bidea jarraitzeko esan zidan
Zure tenplu santura, arrosa eta albahaka kulunkarien
bihotzean

Eta txoriek esan zidaten zuri abesteko haiek bezala
Eta haize uhintsua erreka eta erreken gainetik
Zureganako maitasunaren burbuilak esnatu nituen, eta
zure bular handiaren gainean jolasean hasi ziren
Eta belarraren zuntz kurbatuekin, nola tolestu ikasi nuen
Zure aurrean makurtzen naiz, Jauna
Eta intsentsuak zure lurrinaren usain zoragarriaren berri
ere eman zidan

Eta nola mantendu behar dut nire bihotza zure usain
?sakratuz beteta zure tronu infinituaren aurrean
Eta harri txiki, isil eta pazientziatsuek esan zidaten, nire
zoriona lapurtzen saiatzen direnengan ere zu ikus nezakeen
Ahaztutako urteek eskatu zidaten nire kideei maitasun
eta maitasun mezu bat bidaltzeko, minutu eta segundo
.guztietan bilduta
Eta pentsamendu bakoitzak esaten zidan bere bihotzean
zu bilatzeko

Nire maitasunak zure bidez existitzen den guztia
maitatzera bultzatu nau
Eta nire maitasunak xuxurlatu zidan: "Maitatu nazazu
"daukadan indar guztiarekin, ene Jainkoa
Behin belar eta lore ohe batean etzanda nengoen eta
amets egin nuen existitzen zen guztia ederra eta alaia zela
Nire burua belar altu, berde eta lodien gainean zegoen,
usain gozoa zekarten haizearekin haizatzen nindutenak
Orduan, nire eskua eta nire gorputza ukitzera bultzatu
ninduen, eta bere Sortzailearen handitasunak harritu
ninduen. Bai, harritu nintzen nik, nire gorputzaren
errealitateaz ziur nagoen honek, egunen batean lurrean
atseden hartzen utziko nuelako, heriotzaren unean hotz,

zurbil eta geldirik bihurtuko den gorputz hau, orain bizitzaz
beteta dagoela dirudien bitartean eta ehunka sentsazio,
milioika pentsamendu eta milaka milioi fantasia eta
.pertzepzio gordetzen dituen bitartean

Gorputz hau bizitzaren kapituluak garatzen diren
eszenatokia da, irribarreen kimuak loratzen diren tokia, eta
ondoren heriotzaren etorrera saihestezina. Hemen, haragi,
hezur eta odol artean, eta larruazaleko maskara ederraren
atzean, gaixotasunaren otsoak eta desiraren piztiak
ezkutatzen dira. Eta hemen ere, haragiaren azpian, argiaren
erreinura doan pasabide sekretu bat dago. Gorputz hau
ihartu eta desagertu egingo da bere nagusiak —arimak—
behin betiko alde egiten duenean. Eta zergatik ez? Izan ere,
bizileku fisikoaren nagusi argitua materiaren lokatz eta
xehatuan bizitzeaz nekatzen denean, etengabeko zaintza
eskatzen duten nerbio-sokek lotuta, Jainkoaren lurraren
txoko bateko beste etxe batean aurkitzen du
kontsolamendua, existentzia osoaren beste eremu batean,
.non pozaren usaina nonahi eta etengabe hedatzen den
Arima hilezkorrak bizitzaren eta heriotzaren papera
jokatzen du irribarre iraunkor batekin, eta gero bere betiko
etxera joaten da

Zinema-ikusleak derrigortuta al daude zineman betiko
geratzera ikuskizuna amaitu ondoren? Noski ezetz. Jendeak
etxera itzuli behar du. Era berean, arimak hona etortzen dira
bizitzaren ikuskizun zinematografikoa gozatzerako, gero alde
egiten dute eta berriro itzultzen dira. Filmak eta antzezlanak
ikustea maite dute, eta amestu zituzten emanaldiez
nekatzen direnean, eta Jainkoak ikas diezazkien nahi dituen
lezioak menperatzen dituztenean, behin betiko itzultzen dira
.betiko zoriontasunera

Balioak justizian oinarritzen ez direnean, zuloak irekitzen
dira, eta horietatik miseria eta sufrimendua iragazten dira.
Balioak berekoikerian, gatazka hilgarrietan eta lehia
gogorrean oinarritzen badira, emaitzak zikinduak izango

dira, motiboak ez baitira garbiak, eta dirua ez da
.bedeinkatua izango kasu horretan
Pertsona batek bere kontzientzia berekoikeriatik garbitu
behar du eta ez saiatu besteen kontura aberasten. Benetako
asebetetzea espirituala da, ez materiala, eta bizitzako
benetako irabazia jakinduria, ezagutza eta Jainkoaren
.maitasunaren altxorak edukitzea da
Sipleki bizi behar dugu eta beti saiatu besteei
laguntzen eta haien egoera ahalik eta gehien hobetzen.
Baina helburu noble hau bateraezina da besteekiko
.errespeturik gabeko berekoikeriarekin eta gutiziarekin
Mundutarrak desorekatuak dira eta, beraz, ez dira
arrakastatsutzat hartzen Bizitza siple eta orekatua arte
zoragarria eta arrakastaren seinale da Dirua lortzea helburu
.bakarra dutenek ez dute Jainkoaren faborea aurkituko
Egia da Jainkoak gosearen sentimendua txertatu zigula
lan egin eta gure gorputzak hornitu ahal izateko, baina
gorputza hornitzea ez da bizitzaren helburu bakarra.
Helburua edozein kontsiderazio material edo tenporal baino
askoz handiagoa da, zenbaterainoko zoragarria, loriatsua eta
.liluragarria iruditzen arren

Dizipuluetako batek Paramahansa maisuari galdetu zion

nola bizi jainkozko presentzia. Maisuak erantzun zion:
"Gauero, loak hartu aurretik, mediatu zure kontzientziak
pentsamenduen mundua zeharkatu eta beste dimentsio
batean sartu dela sentitu arte. Hala ere, hori ez da dena.
Adimena barrurantz begiratu ondoren, irrika agertu behar
da, eta desirak uholde bat bezala oldartu behar dira
Jainkoarengana. Dizipuluak Jainkoari erabat amore ematen
dionean, bat-batean sentitzen du bere presentzia
bedeinkatua ukitu duela eta hura ezagutu duela. Distira
handiko argi handi bat ikusiko du, eta aingeruak eta arima
onberak ikus ditzake. Edo usain zerutiar liluragarri bat
usaindu dezake, eta orduan jakingo du Jainkoak erantzun
diola, eta bere ikuspegia irekiko zaio, eta Jainkoak bizitzaren

sekretuak agerian utziko dizkio. Edo bake handian bilduta egon daiteke meditazioan zehar. Meditatzeko jarraitzen badu eta Jainkoak bere maitasun handia ematen badiu, deskribaezina den jainkozko poza sentituko du. Bedeinkatua ."da esperientzia zoriontsu hau ematen zaiona

Jainkozko maitasunak zeruko atea irekitzen du, eta horren bidez bilatzailea Jainkoaren presentziara sartzen da Jainkoari, eskuzabal eta jakintsuari, betiko bizitzaren ogia eskatzen badiu pertsona batek, ez dio ezjakintasun materialaren harria emango. Gurtzaile batek jakinduriaren janaria bilatzen badu, Jainkoak ez dio engainuaren sugea eskainiko. Gurtzaile batek egarri guztia asetzen duen jainkozko zoriontasunaren esentzia eskatzen badiu Jainkoari, ez dio antsietatearen eta estres psikologikoaren eskorpioia emango. Gizaki engainatuek badakite opari onak nola eman seme-alabei, zenbat gehiago emango die Jaunak —ontasun eta poz guztien iturriak— ezagutza espirituala eta argitasuna !bera maite dutenei

Jainkoak jakinduria gorena eta ezagutza handiena ematen die bilatzen dituztenei, eta bere burua ematen dio ordezkorik onartzen ez duen bilatzaile sutsuari. Jainkoa bihotz eta arima osoz bilatzen duena da jakintsuen artean jakintsuena, eta Jainkoarentzat jenderik maiteena. Eta gurtzailearen irrika areagotzen denean, Jainkoarengandik erantzun arraro eta maitea jasotzen du eta Maitea maite .dutenek bizi duten maitasun estasi paregabea bizi du Kosmos amets honetan bere eginkizuna betetzen duen pertsona jakintsua, kontzientzia espiritualarekin eta gero eta jainkozko irrika handiagoarekin, Jainkoarengandik hurbil dago eta maite du. Maitasun hutsa du eta Jainkoa maite du inolako motibo berekoirik eta aurrebaldintzarik gabe, esate baterako, "Jauna, gurtuko zaitut osasuna, dirua eta bizitza ."erosoa ematen didazun baldintzapean Jakintsuen eta Jainkoaren artean maitasun sakon eta elkarrekikoa dago, mugagabea eta amaigabea. Norbaitek

Jainkoari zerbait zehatz eskatzen badio, Jainkoak badaki
pertsona hori haren dohainetan interesatuago dagoela
.beragan baino

Ez dago gaizki pertsona batek bere beharrak asetzeko
otoitz egitea, baina Jainkoa ezagutu eta bere aurpegi
loriatsuaren argia ikusteko erregutzen duenean, ez luke
hortik inolako irabazi pertsonalik nahi izan behar, ezta bere
pentsamenduak oparietara mugatu behar ere,
Emailearengana baizik. Bilatzaileak zintzotasunez hori
egiteko gai denean, automatikoki jasoko ditu beste opari
guztiak eskuzabaltasunaren iturburutik eta oparotasunaren
.ozeanotik

Dizipuluetako batek Paramahansa irakasleari aholku
eskatu zion egoera batzuetan nola jokatu eta besteekin nola
:moldatu, eta honek esan zion

Jarrai ezazu egia eta ez aldendu bertatik, eta saihestu
zuri edo besteei kalte egin diezaiekeen ezer esatea, egia
bada ere , egiaren espiritutik aldentzen ez zaren bitartean.

Aldi berean, ez zara kontrako muturrera joan eta gezurra
.esan behar egia mingarriak ez esateko

Izan zaitez zintzoa zure buruarekin eta besteekin,
beharrezkoak ez diren gauzetan gelditu gabe. Esan egia eta
saihestu inori min egiten dioten edo kalte egiten dioten
gauzak esatea. Ez agerian utzi zure sekretu guztiak
zintzotasunaren eta gardentasunaren izenean, zure
ahuleziak agerian uzten badituzu, mindu edo iseka egin nahi
izango dizutelako nahi dutenean. Zergatik eman iezaiezu
?zure aurka erabil dezaketen arma bat

Zure buruari eta besteei zoriontasuna eta bakea
ekartzen dien moduan hitz egin eta jokatu

Beharrezkoa da bereizketa espirituala garatzea, ongia
dakarren egiaren eta horietatik etor daitezkeen ondorioak
kontuan hartu gabe gertaerak kontatzearen arteko aldea
ezagutzeko, gauzak amaieraren arabera epaitzen baitira. Ez
da komeni dakizun guztia esatea, ezta besteek beren

onerako jakin beharko lituzketen gaiei buruz iheskorra eta
.sekretua izatea ere

Bereizmen osoa ez duzunean, hobe da hitz egitean
erreserbatuta egotea, egia zuzenean ulertu arte, emaitza
.justuak lortu arte guztiontzat

Jarraitu Jainkoarengan pentsatzen eta eskatu haren
laguntza eta gidaritza, eta zure ikuspegia zabalduko da
.gauzak argi ikusteko eta hobeto bereizteko gai izateko

Gorputzeko zelulak gaztetasun bizitasunez

kargatzea

Energia kosmikoa etengabe eta etenik gabe isurtzen da
gorputzean, baina jende gehienak ez da konturatzen
bizitasun ugari horretaz. Sentitzen dutenek energia-bolada
bat eta indar berritua ematen dien korronte freskagarri bat
.sentitzen dituzte beren zeluletan

Natura osoak Unibertsoaren Jaunari errespetuz
makurtzen zaio, eta haren boterea gizateriaren bidez
isurtzen da. Arazoa gizateriaren eta botere guztien iturriaren
arteko lotura sendo bat lantzeko porrotean datza. Jainkozko
boterearen bidez bizi gara zuzenean, eta beste botere
.guztiak alferrikakoak dira Jainkoaren sostengu-indarra gabe
Janaria, oxigenoa eta eguzki-argia —elementu hauek
osasun maila bat eman diezagukete, baina ulertu behar
dugu nola lortu osasun osoa Iturri Infinitutik. Iturri materialak
bateria txikiak bezalakoak dira, azkenean kargatzen direnak,
eta Iturri Infinitua, berriz, sorgailu indartsu bat da, zeinaren
indarra ez den inoiz gutxitzen, arimari etengabe bizitasuna,
zoriontasuna eta indarra ematen diona. Beraz, oso
.garrantzitsua da ahalik eta gehien Iturri Infinituan fidatzea
Nahi duen pertsonak iturritik zuzenean hornidura
horretatik etekina ateratzeko modu zuzena ikasi behar du,
eta pentsamendua errealitatea dela konturatu behar du,
fenomeno natural guztiak jainkozko pentsamenduaren
gorpuzte bat baitira, Jainkoak lur honi buruz pentsatu
.baitzuen sortu aurretik

Askok uste dute pentsamendua gorputzaren produktua dela, baina gorputzaren eraketa zehatz-mehatz zehatzak eta bere atalen eta organoen arteko koordinazio zoragarriak argi adierazten dute gorputza adimen kosmiko goren baten .sorkuntza dela

Adimena da gorputza kontrolatzen duen elementu nagusia, eta oso garrantzitsua da pertsona batek gaixotasuna, ahultasuna, zahartzea eta frustrazioa bezalako giza gabezien iradokizun mentalak saihestea, eta ziurtatzea jarduera agortezin bat igarotzen dela berarengan, eta jarduera hori adimenez hornituta dagoela eta gorputzeko zelulak ongizatez eta gaztetasunaren bizitasunaz kargatzeko .gai dela

Pentsamendua garuna da, zelula bizidun ororen emozioak eta sentsazioak; gorputza aktibo eta erne edo letargiko eta geldo mantentzeko ahalmena du.
Pentsamendua da nagusia, eta gorputzeko zelulak dira haren menpekoak, beren nagusi gorenaren aginduak eta debekuak .betez: pentsamendua

Egunero jaten dugun janariaren kalitateari arreta handia jartzen diogu, eta era berean, egunero gure gogoari ematen diogun janari intelektual eta psikologikoaren kalitateari .erreparatu beharko genioke

Zientzialari metafisikoak dio gorputza ez dela uhin elektromagnetiko bat, baizik eta kontzientziaren uhin bat .jainkozko kontzientziaren itsasoan flotatzen Egunero gure indar fisikoa indartu, gure indar mentala handitu eta gure benetako nia ezagutu behar dugu meditazioaren, pentsamendu sendoaren eta gorputzari, adimenari eta espirituari batera mesede egiten dion lan .positibo eta emankorraren bidez

Jainkoak zoriontasunez bedeinkatu nau nire bizitzako urte luze hauetan zehar. Jendeak nire aurpegian poztasun irribarrea ikusten duen ala ez, jainkozko poza beti dago nirekin eta ez nau inoiz uzten. Zoriontasun ibai handia

etengabe isurtzen da nire kontzientziaren hondarren azpian
eta iturburu bedeinkatu gisa lehertzen da, nire bizitzako
.lorategiak ureztatzen dituztenak

Ez bizitzaren bat-bateko gorabeherak ezin didate bakea
asaldatu, ezta heriotzaren mamuak ere sentitzen dudan
.zoriontasun espirituala kendu

Zaila izan zen egoera hori iraunkor eta aldaezina
bihurtzea, baina orain gozatzen ditudan eta besteekin
partekatzen ditudan espirituaren fruituek merezi izan zuten
.egindako ahalegin guztia

Jainkozko espirituak gidatuta pentsatzen eta jokatzeko
dut. Dirua ez da inoiz nire bizitzako helburua izan, baizik eta
gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzea. Horregatik,
Jainkoak ontasunaren ate asko ireki dizkit neure burua
mantentzeko eta nire misioa betetzeko. Eta laguntza behar
.dudanean, Jainkoak berehala ematen dit

Nire nahi bakarra zuri zerbitzatzea da, eta horregatik
nago hemen

Jainkoaren boterea zuen bizitzetan ere lanean ari da.

Egia hau zeuen kabuz biziko duzue zuen fedea sendotzen
denean eta benetako aberastasuna ez datorrela arrakasta
materialetik, baizik eta Ahalguztidunarengandik konturatzen
.zarenean

Bizitza aurreikusezina, kapritxosoa eta misteriotsu
samarra dirudien arren, zalantzaz eta arazo eta asaldura
mota guztiez betea, Jainkoaren etengabeko babespean
gaude. Ez dugu gauzak gehiegi handitu behar edo
lasaitasuna galdu gertaeren aurrean, izua gainditzeko uzten
badiogu, gaizkiari boterea ematen diogulako eta haren
sustraiak sakontzen ditugulako, beldurraren eta
.antsietatearen lurzoruan hazten eta loratzen direnak

Ez genuke espero behar bizitzako probetan zoriontasun
eta bake iraunkorra aurkitzea; aitzitik, geure baitan bilatu
eta aurkitu behar ditugu. Gero, edozein esperientzia bizi izan
arren, beste norbaiten esperientziak film batean ikusten

ditugun modu berean egingo diegu aurre, atseginak edo
.mingarriak izan

Pertsona batek bere esperientzia guztiak proba mingarri
eta zorigaiztoko bihur ditzake bere buruari hori egiten uzten
badio. Osasun onez gozatu dezakete, baina hala ere, haren
balioa estimatu gabe. Baina gaixotzen badira, apaldu eta
ongizatearen bedeinkapena estimatuko dute. Jainkoaren
faborea aitortu eta ematen dizkigun bedeinkapenengatik
eskerrak eman behar dizkiogu, egoera kaltegarrien zain
egon gabe, esker oneko sentimenduak izan eta haren grazia
.aitortu arte

Bizitzak hausnarketa eta ekintza nahasketa bat izan
beharko luke. Pertsona batek bere oreka psikologikoa
galtzen duenean, kezka, atsekabearen hodei eta minaren
atsekabeen aurrean zaurgarri bihurtzen da. Eta osasunaren,
oparotasunaren eta jakinduriaren legeak hausten saiatzen
bada, ezinbestean gaixotasuna, pobrezia eta ezjakintasuna
.jasango ditu

Gure asmoak garbi mantendu behar ditugu, gure
motiboak garbi, eta lasaitasuna ekartzen diguten moduan
jokatu, eta ez utzi bizitzako egoerek gure bakea asaldatzen
.eta gure zoriontasuna suntsitzen
indartu gure adimena eta baztertu urte eta belaunaldiz
belaunaldi heredatutako ahultasun intelektual eta moralaren
zama. Ezpurutasun hauek erre egin behar dira erabaki
berrituaren eta ekintza produktiboaren sutan. Ikuspegi
eraikitzaile honekin, benetan konprometitutako norbanakoak
.askapenaren eta askatasunaren horizonteetara irits daiteke

Zoriontasunaren betiko legeak

Indiako agintari zuzenetako baten urrezko aroan ez zela
gertatu bere erreinuko bakea eta harmonia osoa asaldatzen
zuen gertakaririk, heriotza goiztiarrik edo hondamendi
.naturalik esaten zen

Familiako kideak osotasun handiagoarekin bizi direnean,
etxe guztiek harmonia, osasun eta maitasun gehiago izango

dute. Baina familiako kideek elkar berekoikeria itsusiarekin tratatzen dutenean, etxea automatikoki desadostasunez eta gorrotoz beteko da. Hori nazioei ere aplikatzen zaie. Jendeak zintzotasunez eta osotasunarekin bizi denean, Jainkoaren .Erreinua ikusiko dute Lurrean

Denbora gutxi da Gaur hemen gaude, bihar alde egingo dugu Jainkoaren bilaketa gizateriaren pribilegio handiena da Jainkoak bizitza honetan eman digun askatasuna ahalik eta gehien aprobetxatu eta zentzuz erabili behar dugu, betiko .egia espiritualak pertsonalki bizi ahal izateko Bekatua pertsona bati mina eta sufrimendua eragiten dion guztia da. Bertutea da betiko zorientsu egiten duena. Pertsona batek bere pentsamenduetan harmonia espiritualik eta bere baitan bakerik ez badu, etxe berri batek, auto berri batek edo beste edozer gauza berrik ezingo dio zorientasuna eta lasaitasuna ekarri bere arimari; aitzitik, bere barne-tormentua mantenduko da gauza berri horiek eta gehiago .eskuratu arren

Benetako zorientasuna zirkunstantzien aurka egiteko eta kanpoko proba guztiei aurre egiteko gaitasunean datza. Besteen aurreiritziek eta kalte egiteko eta tranpa egiteko saiakera gaiztoek eragindako mina eta zailtasun gogorak jasan ditzakezunean aurkitzen da, eta haien transgresioei maitasunez eta barkamenez erantzuten diezunean. Kanpoko zirkunstantzien ziztada mingarriak izan arren, zure lasaitasuna mantentzeko gai zarenean, orduan dastatuko .duzu zorientasuna

Eskritura Santuek diote jainkozko aginduak alde batera uzten dituztenek eta beren desira eta kapritxo ergelak jarraitzen dituztenek ez dutela zorientasunik aurkituko ezta beren azken helburua lortuko ere. Egiaren bilatzaileari Eskritura Santuak bere gida-argi eta epaile bihurtzera animatzen diote zer egin behar den eta zer saihestu behar den erabakitzeko, eta gauzak bereiztera eta jakinduriaren .arabera jokatzera

Beren buruarengan konfiantza dutenak osotasunez
jokatzen dutenak dira Zoriontasuna pentsamendu
garbietatik eta ekintza zuzenetatik bakarrik dator Orain
zoriontsu bazara, etorkizunean zoriontsu izango zara, bai
.hemen bai hurrengo munduan

Zorte onaren uzta metatu behar dugu jakinduriaren
fruituak bilduz, eskuragarri dauden aukeren eguzkia
distiratzen duen bitartean. Beste era batera esanda, aukerak
.aprobetxatu behar ditugu beranduegi izan baino lehen
aukera aprobetxatzen ez Aprobetxatu aukera,)
(baduzu, damu iturri bihurtuko baita

Jainkoak agindu izeneko lege espiritualak eman dizkigu.

Baina agindu hauek egunero eta nonahi baztertu eta
hausten dira. Jendeak haien esanahi espiritualak ulertzen ez
badu, beti kexatuko da eta alde batera utziko ditu. Agindu
hauek erlijio abrahamiko guztiek onartutako jokabide-kode
iraunkorrak dira. Hala ere, testuek askotan ez dituzte
azaltzen agindu hauen alderdi psikologikoak eta haiek
jarraitzearekin lotutako onurak. Jendeak agindu hauek
onartzen ditu gurtza-lekuetan, baina ez ditu betetzen
horietatik kanpo, eta hori justifikatzen dute arau hauek ez-
praktikoak, logikoak ez direla eta garaiarekin bat ez
datozenak direla esanez. Hala ere, agindu hauen urratzea da
.munduko miseria guztien erroa

Baina zein da agindu horien onura eta non daude haien

?abantailak

Liburu santuek gizakiari Jainkoa kontenplatzeko, bere
gogoan Harengan murgiltzeko, dena Hari uzteko eta gurtza
zintzoarekin gurtzeko aholkatzen diote, hipokrisiarik eta
.itxurakeriarik gabe

Jainkoa jakitea bizitzaren azken helburua izan behar
dela Munduko betebeharrak ezin dira bete Jainkoak
gizateriari eman dion botererik gabe Ohiko betebeharrak
egitea Jainkoa ahazten dugun bitartean akatsa eta bekatua
.da

Bekatuak ezjakintasuna esan nahi du: gizakiaren ongi
gorenaren aurkako moduan jokatzeari
Zergatik sentitzen dute jendeak tristura eta damua? Ez
zutelako zuzen jokatu, Jainkoa ez zegoelako lehenik haien
.bihotzetan

Pertsona baten bizitzan ez da ezer Jainkoa baino
garrantzitsuagoa izan behar. Pertsona batek Jainkoa benetan
zaintzen badu eta Harekiko duen betebeharrak espirituala
betetzen badu, bere egoerak hobetuko dira modu guztietan,
eta seguru eta babestuta sentituko da inguruko egoera
.guztiak gorabehera

Pertsona batek Jainkoa ez den beste edozer gauza
gurtzen hasten den bezain laster, zorigaiztoa bihurtzen da
haren patua. Gauza hauetan arreta guztia jartzen dutenek,
egia esan, gurtzen dituzte, eta, beraz, ez dira
Jainkoarengana hurbiltzen, baizik eta Harengandik urruntzen
dira. Baina Jainkoa kontenplatzen dutenek, Harengan
hausnartzen dutenek eta Harekin bihotzean elkartzen
direnek Harengana hurbiltzen dira eta barne-poza bizi dute
.Harekin duten isiltasun-komunioan

Jainkoa bakarrik da gai gizakien ametsak eta
zoriontasun iraunkorrerako itxaropenak betetzeko. Beraz, ez
.da ezerk Jainkoaren lekua hartu behar bihotzean
Badira bilatzaileak Jainkoa gogoratzen eta Harengana
hurbiltzen lagun diezaioketen sinbolo sakratuak. Hala ere,
pertsona batek sinbolo hauek gurtzen hasten bada, kalteak
onura handiagoa izango du. Gurtza Jainkoari bakarrik
.zuzendu behar zaio, beste ezer ez baita gurtza merezi
Errituzko gurtzaren izaera edozein dela ere, Jainkoak
onargarria da, baldin eta gurtzaileak kontzientzia
espiritualarekin eta Harekiko irrikaz egiten badu. Hala ere,
jende askok ez du gurtzaren funtsa ulertzen, eta haien
pentsamenduak eta bihotzak Jainkoagandik erritualetara
desbideratzen dira, eta, beraz, ez dute etekin handirik
.ateratzen gurtzatik

Benetako gurtzaileek ez dute beren kontzientzia irudi
edo forma batera mugatzen uzten, baizik eta maitasun
sakonenarekin eta arreta osoz irudi eta forma guztien atzean
.dagoen jainkozko espirituan zentratzen dira
Jainkoa absolutua eta infinitua da, eta ez dago irudi edo
.estatuari hura edukitzeko gai denik

Esan daiteke Jainkoa zinez maite duen eta berarekin
harmonian dagoen ororengan agertzen dela, nonahi baitago
eta, beraz, guztiengan. Hala ere, ez du denek jainkozko
presentzia adierazteko gaitasuna. Eguzkiak berdin distira
egiten die ikatzari eta diamanteari, baina diamanteak
eguzki-argia jasotzen eta islatzen du, ikatzak, berriz, ezin du.
Era berean, pertsona guztiak murgilduta daude Jainkoaren
argitan, baina gutxi batzuk baino ez dira gai argi hori
jasotzeko eta beren pentsamenduetan eta ekintzetan
islatzeko. Horretarako, meditazioaren bidez eta jainkozko
irakaspenak eta aginduak jarraituz garbitu behar dute beren
.burua

Jainkoaren izena ahoskatzen dugunean, sakon eta
zintzoki kontziente izan behar dugu esaten ari garenaz.
Otoitzean jendearen pentsamenduak ikusi ahal izango
bazenitu, ikusiko zenuke gehienek Jainkoa ez den guztia
pentsatzen dutela, nahiz eta haren izena ahoskatu! Otoitz
.hori alferrikakoa eta baliogabea da
Otoitz egiten dugunean, gure gogo osoa Jainkoarengan
zentratzen saiatu behar dugu, haren izen bedekintua
errepikatu eta gure pentsamenduak noraezean dabilzan
bitartean. Nire izeba batek bere otoitzak aleetan errezitatzen
zituen, eta gutxitan izaten zituen eskuetatik kanpo. Baina
egun batean aitortu zidan berrogei urtez otoitz ohitura hori
praktikatu arren, Jainkoak ez zituela bere otoitzak erantzun.
Ez da harritzekoa! Bere "otoitzak" urduri jartzen ziren ohitura
.bat baino ez ziren

Otoitz egiten dugunean, Jainkoagan bakarrik pentsatu
behar dugu Gure gurtzan zintzoak eta gure erreguetan

debotoak izaten ahalegindu behar dugu Otoitz-aleak erabiltzea eta Jainkoaren izena etengabe deitzea guztiz onargarria da praktika bihotzetik datorrenean eta zintzotasunak eta gogo fokatuak babesten dutenean Hala ere, praktika hau automatiko bihur daiteke denborarekin Jainkoaren izena xuxurlatu behar dugu gure bihotzetan,

irrika eta jainkozko maitasunaren arrosarioan; hau da Jainkoaren bihotza ukitzen duen benetako gurtza. Jainkoaren izena hotz eta gogo galdu batekin ahoskatzea blasfemia eta errespetu falta da. Otoitz egiten dugunean, bihotza eta gogoa Jainkoaren maitasunez bete behar dira. Yoga ariketa altuagoen bidez arreta mentala praktikatzek Jainkoarengana hurbiltzen laguntzen digu, aintza eta distira iturri gorena dena, eta baita Harekin hausnartzen eta .komunikatzen ere

Ezinbestekoa da astean egun bat erretiro espiritualari eskaintzea (ahal bada), Jainkoaren kontenplazioa egiteko eta lasaitasuna, bakea eta barne-bakea bizitzeko. Horrela igarotako denborak balsamo lasaigarria izango da aste osoan zehar izango dituzun arazo eta antsietateetarako Guztiok behar dugu astean egun bat bakardadean edo "erretiro espiritual" batean igarotzea, zauri eta min emozionalak sendatzeko. Egun hori bake, poza eta asebetetze egun bihurtzen denean, irrikaz itxarongo duzu .astetik aстера

Bakardadea handitasunaren prezioa da. Harrituta geratuko zara erretiro espiritual honen eta zure espirituarekin eta Jainkoarekin loturaren bidez zure gogoarentzat, gorputzarentzat eta arimarentzat lortuko diren emaitza zoragarriekin. Benetako zoriontasuna bilatzen baduzu, jainkozko bakearen ozeanoan murgildu behar duzu goizean goiz esnatzean, eta baita gauetz lotara joan aurretik .ere

Indiako jakintsuek ez dute egun bakarti bat bakarrik gomendatzen, baizik eta egunero lau une zehatzetan

meditazio isila egiteko beharra azpimarratzen dute.
Egunsentian, jaiki eta inor ikusi aurretik, lasaitasunaz eta
bake sentsazioaz gozatu behar da. Eguerdian, bazkaldu
aurretik gogoia baretu behar da, eta berriro ere bake aldi
batez gozatu afaldu aurretik. Azkenik, gauean oheratu
.aurretik, berriro bake egoeran sartu behar da
Bakardadean eta eguneroko lau aldi hauetan zehar
isiltasuna arduraz betetzen dutenek Jainkoarekin harmonian
sentituko dira. Aldi horiek guztiak bete ezin dituztenek
gutxienez goizeko eta arratsaldeko orduak eskaini beharko
lituzkete. Horrela eginez, beren bizitzak hobera eraldatuko
dira eta zoriontasuna biziko dute; esperientzia da frogarik
.onena

Zure banku-kontua estaltzeko adina diru sartu gabe
txekek idazten eta sinatzen jarraitzen baduzu, dirurik gabe
geratuko zara. Gauza bera gertatzen da zure bizitzarekin.
Zure bizitzako kontuan bakearen gordailu erregularrik gabe,
zure energia agortu egingo da, zure lasaitasuna desagertuko
da eta zure zoriontasuna lurrundu egingo da. Laburbilduz,
azkenean porrot emozionala, mentala, fisikoa eta espirituala
jasango duzu. Baina Jainkoarengan eguneroko meditazio
.sakonak zure arimaren gabeziak konpentsatuko ditu
Bilatzaile debotoak egunero meditatzen du, Jainkoarekin
elkartuz bihotzeko maitasun eta irrika guztiarekin, bere
burua agertzeko erregutuz. Jainkoaren maitale bazara eta
haren presentzia bizi nahi baduzu, zure gogoia eta gorputza
haren bakean murgildu behar dituzu, eta bizitzak irribarre
egingo dizu, eta zure gauzak modu askotan hobetuko dira.
Pertsona lasaiak gutxitan egiten ditu akatsak eta arrakasta
.du milaka huts egiten duten lekuetan
Jainkoaz pentsatzen ez dutenak edo berataz arduratzen
ez direnak deprimitu eta zorigaitzoko bihurtzen dira.
.Suminkor bihurtzen dira eta ibiltzeko makina bihurtzen dira
Jakinduriaren eta bakearen eguzkia lasaitasunaren
zeruan aterako da eta zure izatea bere izpi sendagarriekin

inguratuko du, ahalegin espirituala egiten baduzu eta
.Jainkoari zure bihotzean lehen lekua ematen badiozu
Hausnarketa eguna atsedeen fisiko eta mentalaren eguna
eta barne bakea lantzeko eguna ere izan beharko litzateke.
Jakinduria eta bakea ematen duen edozein jardura
.bedeinkatua da egun horretan
Gurasoak ohoratzeari dagokionez, liburu santuek
gomendatu dute ondo tratatzea: "Ohoratu zure aita eta
."ama" eta "Izan zaitez jator gurasoekin
Giza aita-amak Jainkoaren ordezkari gisa ohoratu behar
dira, gizateria sortzeko dohaina eman baitzien. Ama
Jainkoaren maitasun hutsaren irudikapena da, ama maitekor
batek barkatzen baitu inork barkatzen ez duen lekuan. Aita
Jainkoaren jakinduriaren eta bere seme-alabentzako
.babesaren adierazpena da
Pertsona batek ez luke bere aita eta ama Jainkoagandik
aparte maitatu behar, maitasun horren adierazpen gisa
baizik. Babeslea eta jakintsua den jainkozko espiritu gorenari
aita eta ama bihurtzen da haurrari laguntzeko, beraz,
.gurasoengan ohoratu behar da
Eskriturak ere ez digute aholkatzen hiltzeagatik hiltzea,
orduan hiltzaile bihurtzen baita. Pertsona batek ez luke beste
baten bizitza kendu behar emozio biziko une batean. Hala
ere, maite dituzunak mehatxatuta badaude, Jainkoak haiei
eman dizkienak babesteko borrokatu behar da, norberaren
.familia eta herrialdea defendatzea betebeharrak sakratua baita
Adulterioaren debekuari dagokionez, sexu-batasunaren
helburu ideala Jainkoaren irudian sortutako seme-alabak
sortzea eta elkarrengan Jainkoa ikusten duten ezkontideek
sentitzen duten maitasun garbiaren adierazpena izan
beharko litzateke. Benetako maitasunari edo sexu-desira
sortu zen helburu gorenari inolako erreparatu gabe, maila
fisikoan soilik bizi direnek adulterioa egiten dute agindu
honen arabera. Kasu honetan, ez dira desberdinak beren

sexu-gogoak ase eta gero beren bidetik joaten diren
.animalietatik

Jainkoak bulkada sortzaile hau sortu zuen gizon-
emakumeengan, benetako elkarrekiko maitasuna ugaltzeko
eta ezkontza-bizitzan adierazteko, eta ez da bestela gaizki
erabili behar, baizik eta jarduera eta ezagutza sakratu
.bihurtu

Zure izatearen barruan sexu-indarra kontrolatu eta
banatzen baduzu, gaitasun mental handiak garatu ahal
izango dituzu idazteko, marrazteko edo beste hainbat
.modutan talentu ezkutua agerian uzteko

Eta azkenean jarduera sortzailea kontrolatu eta
espiritualki eraldatzeko gai zarenean, bake handia, maitasun
.handia eta gero eta poz espiritual handiagoa biziko dituzu
Beren sexu-jarduera espiritualki eraldatu duten santuak
eta lider espiritualak munduan eta egiaren bilaketa
esoterikoan balentria harrigarri eta harrigarriak egiteko gai
.diren erraldoiak dira

Beraz, sexu-bulkada goren bere boterea igotzea da,
hau da, bere energia helburu handiago baterantz bideratzea,
jakinduria, ideia bikainak eta ideal espiritualak agertzeko. Ez
litzateke sexu-pentsamenduetatik plazerrik atera behar edo
debekatuta dagoena desiratu. Autokontrol mota hau lortzen
denean, ikuspegi sendoa izango da sexu-harremanei eta
.haren helburu handiagoei buruz

Sexu-gaien esklabo izateak osasuna, autokontrola eta
bake intelektuala galtzea esan nahi du, eta, laburbilduz,
.pertsona batek behar dituen zoriontasun-elementu guztiak
Liburu santuek ere ez lapurtzera animatzen gaituzte.

Mila pertsonako talde batek elkarri lapurtuko balio, bakoitzak
999 etsai izango lituzke. Beraz, ezin dira besteen eskubideak
urratu, ezta haien lurrak, bakea, maitasuna, duintasuna edo
haien ondasun material edo espiritualak bahitu ere. Zurea ez
dena hartzeko gogorik ez baduzu, behar edo nahi duzuna
etorriko zaizu. Lapurreta lehenik buruan sortzen da, pertsona

batek besteen inbidia izaten hasten denean. Desira gaiztoen haziak burutik errotik atera behar dira. Altruismo espiritualak da bidea. Orduan, pertsona batek naturalki erakarriko du ugaritasuna, eta bedeinkazioak etorriko zaizkio ezagutzen dituen iturrietatik eta ezagutzen ez dituen iturrietatik. Jainkozko lege hutsezina da. Lapurrei eta pertsona berekoiei dagokienez, bizitza ondasun materialen atzetik igarotzen dute, begiak beti besteengan jarrita, nahiz eta beren kutxak .urrez gainezka egon

Egoismo materiala alde batera uzten ez bada, munduak ezin du zoriontasuna ezagutu

Zoriontasuna lankidetzaren espiritualetan bidez bakarrik dator. Pertsona batek besteen beharrak bereak balira bezala sentitzen dituenetan eta besteentzat lan egiten duenean bere .buruarentzat lan egiten duen bezala

Beste agindu garrantzitsu bat da lekukotasun falturik ez ematea. Egia desitxuratuz inori kalte egitea gizarte-harmonia ahultzeko beste modu bat da. Norberak ondo tratatua izan nahi badu, besteak ere horren arabera tratatu .behar ditu

Egia beti esan behar da, baina bereizketa egin behar da egia esatearen eta gertaerak soilik esatearen artean. Norbait herren edo itsu gisa aipatzea mingarria eta lagungarria ez dena da; kontuan hartu behar dira besteen sentimenduak eta lotsarazi saihestu. Era berean, norbait helburu noblerik gabe traiziona dezakeen egia bat agerian uztea ere okerra da. Bestalde, ez da gezurrik esan behar egia esatea saihesteko; aitzitik, isildu egin daiteke egoera batzuetan, .besteak lotsarazi edo kaltetu ez daitezen

Kontuz ibili behar da inbidiaz, arimaren bakea jaten duen gaixotasun suntsitzaile batez. Zenbat eta gehiago irrikatu besteena dena, orduan eta handiagoa bihurtzen da norberaren atsekabea eta miseria. Inbidia duen pertsonak bizitza nahasia du, lasaitasunaren zaporea ezagutu gabe.

Askoz hobe da bere burua errespetatzea, bere buruarengan
.fidatzea eta barne aberastasun espirituala bilatzea

Pertsona baten duintasuna eta berezko balioa askoz
handiagoak dira nahi edo eduki nahi luketen edozer baino.
Jainkoa gizaki guztietan agertzen da, beste inongo gizakitan
agertzen ez den moduan. Haien aurpegia ez da beste
inorena bezalakoa, eta haien arima ez da beste inorena
bezalakoa, haien baitan baitago sorkuntza osoko altxorrik
.handiena, eta altxorrik handiena Jainkoa da

Ez gaude iraganak lotzen

Pertsona batek fedea zuzena duenean eta horren
arabera jokatzeko duenean, zoriontsuagoa da federik ez
dutenak eta bizitzako borrokan beren betebeharrak betetzen
.ez dituztenak baino

Fede sendoa eta ekintza zuzena (motibo nobleek eta
asmo onek babestuta) beti daude zoriontasuna dagoen leku
guztietan, eta galtzen dira zoriontasuna ez dagoen lekuetan.

Hortik ondoriozta dezakegu zoriontasunerako bi baldintza
ezinbestekoak direla, eta ezin direla lortu horiek gabe.
Zoriontasuna nahi dutenek bi elementu funtsezko hauek
besterik ez dituzte eduki behar, eta hauek dira haren
.oinarriak eta zutabeak

Gizakiek ezin dituzte unibertsoaren osagai infinituak
kontrolatu —nahi zutenean—, ezta aldatu edo ezabatu ere.
Osagai hauek giza bizitzaren ehunarekin lotuta daude, eta
gizakiek ezin dute haietatik isolatuta funtzionatu. Hala ere,
beren adimena kontrola dezakete osagai horietara
.egokitzeke

.Ez egin kalterik

Gure arbasoak gu baino zoriontsuagoak ziren, ez guk
baino gauza eta plazer gehiago zituztelako edo bizitzako
arazoekiko esposizio gutxiago zutelako, baizik eta
erosotasuna, bakea, poztasuna eta, laburbilduz,
.zoriontasuna ematen zien oreka psikologikoa zutelako

Ez ziren kanpoko egoeren menpe beren zoriontasuna lortzeko, ezta hura lapurtuko zieten kanpoko baldintzen menpe ere. Erosotasun, bake, zoriontasun eta asebetetze sentimenduak naturalak, normalak, osasungarriak eta iraunkorrak ziren. Guk ere sentimendu horiek landu beharko genituzke zoriontasuna izan nahi badugu. Eta nork ez du ?gure artean

Patua iraganean borondate askearen edo aukeratzeko askatasunaren ariketaren emaitza da. Borondate askearen iraganeko praktiken bidez, patua eta patua ekarri ditugu eta ekartzen jarraitzen dugu geure gainera. Hala ere, ez gaude iraganak lotuta, ezta gure ekintzen ondorioek betiko mugatuta ereindakoa desegin eta idatzitakoa ezabatu dezakegu, hala nahi badugu eta gure bidea zuzentzen eta gure uztaren kalitatea hobetzen saiatzen bagara. Ondorio mingarriak dituzten ekintzen haziak ezabatzen baditugu eta haien ordeaz arimaren izaerarako egokiagoak diren haziak landatzen baditugu, ziur aski zoriontasunaren fruituak jasoko ditugu arimaren lurzoruan ereindako hazi on horietatik. Borondate askea orain erabili behar dugu, orain eta ez bihar, zoriontasun handiagoa lortu edo sufrimendua eta mina .gutxitu nahi badugu

Beraz, zoriontasunerako baldintzak gizakiaren baitan daude, eta egin behar duen guztia akatsik gabeko ekuazio horri seriotasunez aurre egitea da, eta emaitzak bere alde izango dira ebaluazio onena egiten badu eta horri aurre egiten badio. Baina borondate sendoa duen pertsona Jainkoarekin harmonian dago

Energia mental kontzentratua

Eguzki-argia puntu txiki batean lupa bat fokatuz, beroa sortzen du, eta bero horrek egurra sutan jar ditzake. Oihalak, papera eta abar. Era berean, zure gogoaz arretaz fokatzen duzunean, bere energia kontzentratua zalantzaren gaitzak

eta sustraiak, porrot guztien kausa, erretzeko eta .jakinduriaren argia distira eta irradiazioz distiratzen uzteko

Pentsamendua Jainkoarekin harmonian dagoenean

(ontasun guztien iturria eta botere bedeinkatu guztien jatorria), jainkozko presentziaz jabetzen da eta arrakastaren elementu guztiak ditu. Elementu hauek Jainkoaren botere izugarriarekin lotuta daude, edozein arlotan arrakastarako .arrazoi berriak sortzeko gai direnak

Jainkoak ahalegin onak eta ahalegin onak arrakastaz

koroa ditzala

Arazoak eta zailtasunak pertsona batek bere iraganeko

ekintzen kontzientzia eza sortzen dira, une eta leku jakin batean egindakoak. Beren egungo sufrimendua esandako pentsamendu eta ekintzetatik dator, zeinak bere kontzientziaren lurzoruan sustrai hartu baitzituen, landare bihurtu eta pentsamendu eta ekintza horien ezaugarriak .islatzen dituzten fruituak emanaz

Milioi bat kilometrora espazioan dagoen eguzkiari

begiratzen diozunean, izar erraldoi hori gure Lurra baino askoz txikiagoa dirudi. Hala ere, Lurraren diametroa gutxi gorabehera 7.900 miliakoa da, eta eguzkiaren diametroa, berriz, ehun aldiz handiagoa. Gure planeta Lurra eguzkiaren aurrean jarri ahal izango bagenu, puntu txiki bat bezala agertuko litzateke harekin alderatuta. Imaginatu eguzkiaren hedadura zabala hedatzen ari dela, bere masa izugarriak zeru urdin osoa irentsi arte. Ikusten dugun zerua unibertsoa zeharkatzen duen espazio infinituaren zati txiki bat besterik ez da, puntu huts bat. Eguzkiak infinituraino hedatzen jarraituko balu ere, ezingo luke infinitua hartu.

Txikitasunaren eta finitudearen ilusio kosmiko honek mugatzen du adimenaren gaitasuna unibertsoaren .zabaltasuna, bere jatorria eta mugak ulertzeko

Dimentsio eta neurrien menpe ez dagoena, mugarik eta

jatorririk ez duena, Jainkoa da, nonahi dagoena eta espazioaren mutur urrunenetan existitzen dena. Urruneko

izar urrunetan dago, zure baitan eta nire baitan dagoen bezala, eta okupatzen duen espazio ororen jakitun da, txikia edo handia izan arren. "Gizakiaren azken helburua" liburutik .hartua

Erreguak

Ai, Jauna

Hartu nire eskua iluntasunetik argira

Oi isiltasun kosmikoa

Zure ahotsa entzuten dut errekatxoan zurrumurruan eta

urretxindorren txistuan

Haizearen negar-hotsean, olatuen orroan eta bibrazioen

trumoian

Oi Jaun maitea

Ez zaitut hitzez gurtzen, baizik eta zure irrikaz erretzen

.den bihotz baten irrikaz

Utzi ieza dazu zure zabalera zabala ikusten

Zure etengabeko presentzia guztiaren atzean

Agian konturatuko naiz zure izate aldaezinaren parte

naizela betikotasun osorako

Oi, gainezka egiten duen ozeanoa

Nire desioen ibai bihurgunetsuak oztopo eta eragozpen

basamortuetatik igaroko balira bezala

Azkenean, zure nahasmendu handiena nahastu da

Lagundu ieza dazu zure ahotsa entzuten, Jauna

Unibertsoaren bibrazioa sortu zen soinu kosmikoa

Utzi zure presentzia hautematen soinu bedeinkatuaren

bidez (Om - Amen)

melodia Santua ahots bedeinkatu guztientzat

Zabaldu nire kontzientzia existentziaren sinfonia

entzuten dudana bitartean

Utzi nazazu ozeano kosmikoaren antzera sentitzen

Eta gorputzaren mugimendu uhintsuak bere bularrean

dantzan

Utzi ahots sakratuenak nire baitan oihartzuna egiten

Nire kontzientzia gorputzetik unibertsoa zabaltzea

Betiko eta guztiz inguratutako zoriontasuna senti
dezadala

Argi gainezka egiten duen itsaso batetik lehertzen

Oi botere infinitua

Oi betiko jakinduria

Kargatu nire arima zure bibrazio espiritualarekin

Oi, hitz kosmiko bedeinkatuaren ahotsa

Zuzendu nire akatsak

Behar dut

Hartu nire eskua iluntasunetik argira

Zutaz pentsatzen dudak bakoitzean, Jauna, irrika sutsuz

betetako uholde bat jaiotzen da nire baitan, nire
sentimenduak astintzen eta bihotzetik gorputzeko zelula

.guztietara isurtzen, jainkozko maitasunez betez

Nire desiorik handiena zure izatearen muinera iristea

.eta zure presentziaz gozatzea da

Eta bat-batean arimaren atea irekitzen da, eta zure argi

!distiratsua ikustean pozak gainezka egiten dit

Iragana ezezaguna da gizateriaren gehiengoarentzat,

pertsona argitu gutxi batzuk izan ezik. Hala ere, iraganari

buruzko gure ezjakintasuna ere gure alde da. Izan ere,

bizitza honetan eta aurreko bizitzetan egin dugun guztia

jakingo bagenu, gure ekintzen bolumen izugarriak gainezka

egingo gintuzke eta guztiz nahasita geratuko ginateke. Izan

ere, gure borondatea ere paralizatu egin liteke kolpearen

ondorioz, gure helburuekin jarraitzeko gai ez bihurtuz eta

etsipenaren biktima utziz. Lurreko bizitza honetan ere,

ahantzura Jainkoaren bedeinkapena da, iraganeko

oroitzapenek, batez ere mingots eta mingarriek, gure

pentsamenduak eta sentimenduak gainezka ez ditzaten

.eragozten baitu

Baina, zorionez, gure barneko txinparta jainkotiarrek

beti distiratzen du itxaropenarekin eta bizitzaren bidaia

amaigabea jarraitzeko gogoarekin. Jainkoari eskerrak eman

behar dizkiogu bi bedeinkapen hauengatik: iragana ahaztea
.eta etorkizuna itxarotea

Ez genuke ondorioztatu behar patuak oztopoak jartzen
dizkionik borondate askearen bidean. Hala ere, ahal dugun
guztia egin behar dugu jende gehienak patuari eta patuari
egozten dizkion eragin negatiboari aurre egiteko, eta gure
aukera askatasuna gure barne-sinesmenen arabera erabili,
baldin eta uste horiek fede sendoan oinarrituta badaude eta
jainkozko legeetan oinarrituta badaude, eta horiek gabe
.pertsona batek ezin du benetako zoriontasuna dastatu
Zeregin bati ekiten diogunean, ez gaituzte egoera
kaltegarriak beldurtu behar, baizik eta baikor izan behar
dugu neurri gorenean, gure borondatea erabiltzearen eta
gure aukeratzeko askatasuna praktikatzearen bidean ezerk
.ez duela oztopo izango fede osoz

Gure helburua lortzen ez badugu, onargarria da
inplizituki onartzea guk sortutako oztopoak egon direla hori
lortzea eragotzi digutenak. Iraun egin eta ahaleginak
bikoiztu behar ditugu gure helburua lortzeko. Geure buruari
ere baieztatu behar diogu, oztopoak eta erronkak
zenbaterainokoak eta ikaragarriak izan arren, oraindik ere
badugula nahikoa indar horiek kentzeko eta gainditzeko.
Gure saiakera guztiak izan arren huts egiten badugu ere, ez
dago etsipen eta frustraziorik, baldin eta ulertzen badugu
gizakiaren borondatea gure sortutako patua baino
indartsuagoa dela. Beraz, ez diogu saiatzeari utzi behar,
zenbat aldiz huts egiten dugun kontuan hartu gabe, beti
baitaude ateak irekita. Ahalegindu eta saiakera errepikatu
besterik ez dugu egin behar arrakasta lortu arte. Jainkoak
lagunduko digu, berarengan konfiantza dugun eta ahalegina
egiten dugun bitartean. Bidea egiten duenak bere
helmugara iritsiko da, eta Jainkoarengan konfiantza duenak
.ez du etsita geratuko

Pertsona batek zerbait desiratzen duenean, eta desio
hori sendoa eta premiazkoa denean, desio horrek ez du inoiz

bere kontzientzia uzten, noranahi joan eta noranahi biratzen
den, eta bere kezka eta kezka edozein direla ere. Bere
jarduera etengabe eta iraunkorraren bidez, desio horrek
determinazio eta energia izugarria du. Xuxurla intelektual
hau erregu mekanikoa baino indartsuagoa eta
eraginkorragoa da, ezpainak mugitzea baino haratago
doana. Hori egiten dute Jainkoaren maitaleek; Jainkoarekiko
maitasuna xuxurlatzen dute etengabe, eta haien xuxurlak
bihotzekoak eta entzunezinak dira, eguneroko jarduera
guztietan zehar. Xuxurla bihotzekoak ez ditu distraitzen, ezta
haien beste betebeharrekin gatazkan jartzen ere.
Jainkoarenganako duten desioa hazten den heinean,
Harekiko duten maitasuna indartu eta sakondu egiten da,
harik eta Haren presentzia ukitu eta Haren argia arimaren
begiarekin ikusi arte, poz izugarria dastatuz eta
.deskribaezina den bakea sentituz
Jainkoak bizitzan behar ditugun ikasgaiak bidaltzen
dizkigu, horietatik etekina atera eta ulermena eta
esperientzia lor ditzagun. Ikasgai horiek saihesten dituen
edonork ikastera behartuta egongo da, zenbat denbora
.behar izan arren
Proba oro lagun bat da bertatik ikasten badugu, eta
despota tirano bat aukera alferrik galtzen badugu eta gaizki
erabiltzen badugu kexatzen, haserretzen eta epaiketa
.txarraren bidez
Bizitzarekiko ulermen sendoa eta jarrera egokia
dugunean, eder bihurtzen da Eta konplikaziorik gabe

kasu psikologikoak

Pertsona bat ezin da betiko poz olatu batean eramanda
egon, edo atsekabearen ur nahasien azpian murgilduta, edo
asperduraren sakonean itota. Dualtasun gatazkatsuek
ezaugarritutako mundu honetan, pertsona arrunta
gorabehera askoren menpe dago. Poztasun olatu batean
igotzen da eta axolagabekeriaren sakonean murgiltzen da,
eta tristura olatu amorratuek astintzen dute. Eta gutxitan

ezagutzen du beste kontzientzia egoerarik. Zirkunstantziek
pentsamendua modu honetan astintzea uztea . Norberaren
borondatea patu kapritxoso eta lurrunkor bati uztea esan
.nahi du

Pertsona batek bizitza arrakastatsu eta betegarria
bizitzeko behar duena oreka mentala da
Hau adimena fokatuz bakarrik lor daiteke, gaitasun
.psikologikoak kontrolatuz

Atsekabe sakonenak ere denborarekin sendatzen dira,
beraz, ez du zentzurik atsekabeen hausnartzeak gure
bizitzako egun guztietan. Maite dugun norbaiten dolu luzeak
ez digu laguntzen ez berari ez guri, eta ez du ezer aldatzen
errealitatean. Gutxiagotasun konplexua edo autozigorra
garatzea Iraganeko akats edo porrotetan pentsatzea
alferrikakoa da Bizitza tamalgarriagoa egiten du eta gaitasun
.mentalak itotzen ditu

Ez dugu errutina aspergarriaren zuloan erortzen utzi
behar, egoera psikologiko hori ez baita batere eroso, burua
kezkutzen baitu eta gaitasun ezkutuak erretzen baititu
.apatiaren labean

Porrota sustraiaietatik desagerrarazi behar da, eta
bizitzako soroak arduraz eta erabakitasunez goldatu eta
ontasunaren haziak erein behar dira, Jainkoaren
.laguntzarekin uzta oparoa jasotzeko

Burdina Zilarrezko Jubileuan

Behin, bikote zorienttsuenetako bat zirudien bikote baten
zilarrezko jubileuaren ospakizun batera gonbidatu ninduten,
baina haien etxera sartu bezain laster, zerbait gaizki zegoela
sentitu nuen. Nire bi ikasleri arratsaldean elkar nola
tratatzen zuten behatzeko eskatu nien, eta geroago esan
zidaten: Senar-emazteak elkarri irribarre egiten diote
besteen aurrean eta elkarri hitz gozoenak esaten dizkiote,
hala nola "Bai, maitea" eta "Noski, maitea", eta antzeko
esaldi atseginak. Baina bakarrik daudela uste bezain laster,

liskarrak sortzen zaizkio eta hitz mingarriak zuzentzen
.dizkiote elkarri

Hitz egin nien eta esan nien: Zuen festara gonbidatu
nauzue, baina giroa tentsio handikoa da eta desadostasun
handia dagoela iruditzen zait etxe honetan, eta iruditzen zait
.zilarrezko jubileu honetan burdina asko dagoela
Hasieran, iraindu egin ziren, baina geroago onartu zuten
arrazoi nuela eta barkamena eskatu zidaten. Jarraitu zuen,
esanez: Zer irabazten duzue etengabe eztabaidatuz eta
?liskarretan aritzetik

Badirudi bikote perfektu gisa duzuen ospea
mantentzeko elkarrekin bizi zaretela, baina horrela izan
behar duzue elkarrekin eta bakean eta harmonian bizi behar
.duzue zuen zorientasunerako eta lasaitasunerako
Janari magnetikoa

Jendeak janariaz edo nutrizioaz hitz egiten duenean,
normalean gorputza mantentzeko kontsumitzen den janari
fisikoaz ari dira. Hala ere, badira janari fisikoa baino
garrantzi gutxiago duten beste elikadura mota batzuk, eta
askotan are garrantzitsuagoak direnak, hala nola elikadura
intelektuala edo espirituala. Buruko jarduera edo gogoaren
.kontzentrazioa, jakinduria eta bereizketa espirituala
Janari fisikoak gorputzeko zelulak eusten ditu, janari
intelektualak, berriz, adimena ideia osasuntsuz betetzen du,
eta jakinduriaren janariak arima biziberritzen eta bere
.gaitasunak garatzen ditu

Elikadura intelektuala normalean pertsona batek
pentsatzen dituen ideiek eta besteengandik haiekin
kontaktuan eta elkarreraginean jasotzen dituen ideiek
.osatzen dute

Temperamentu lasaia eta jarrera noblea duten pertsonak
gure pentsamenduak magnetikoak eta osasuntsuak
.bihurtzen laguntzen dute

Ez da zaila zehaztea pertsona batek bere elikadura
intelektuala ingurune baketsu edo nahasgarri batetik

hartzen duen. Antsietatea, larritasuna eta nahasmena
pertsonek okerrak erabiltzeagatik sortzen dira, lagunak edo
senideak izan. Horrek antsietate pentsamenduak eta umore
txarra eragiten ditu

Gorputzak energia eta bizitasuna elikagai fisikoetatik
lortzen ditu, eta elikagai magnetikoek, berriz, gorputzari eta
adimenari energia-kargak ematen dizkiote, eta hauek ezin
.dira erraz digeritu energia bizidun bihurtu
Ezjakintasuna jakinduria, ahultasuna eta hauskortasuna
osasun eta bizitasun bihur ditzakezunean, eta bizitzaren
bideetan konfiantzaz eta ausardiaz ibiltzen zarenean -
bakarrik ere-, eta kontzientzia bizi eta erne bat edukitzean
barne-poza bizitzen duzunean, eta Jainkoaren justizian eta
zuzenaren eta injustiziaren gaineko egia garaipenean fede
.sendoa bizitzen duzunean

Eta egunero zure pentsamenduak maila altuago eta
finduagoetarantz askatzen saiatzen zarenean, eta bihotz
maitekor eta esker onekoa duzunean, eta besteekiko asmo
onak dituzunean, zure elikadura intelektual magnetikoa
izango da, eta orduan zuregan erakarriko duzu gauza,
pertsonek eta zirkunstantzien edertasun eta erabilgarritasun
guztia, segurtasunaren eta babesaren kostalderantz bidaia
.jarraitzeko beharrezkoak direnak

Behar duzuna lortzeko ahalegina egiten duzunean eta
Jainkoak ematen dizunarekin pozik zaudenean, espirituz
aberatsagoa eta asebateagoa izango zara munduko
ondasunekin obsesionatuta daudenak eta haien plazer
.laburren irrika dutenak baino

Pertsonek batek Jainkoa bilatzen duenean, benetako
lagun bakarra baita, lagun guztien gainera, benetako
adiskidetasuna ezartzea posible da giza harreman guztietan:
.familiar, anaiartean, ezkontzan eta espiritualean
Adiskidetasuna ezinbesteko elementua da ezkontza-
harremanetan, eta lehentasuna eman behar zaie hurbiltasun
intelektual eta emozionalari, erakarpen moralaren

sentimenduari eta benetako maitasunari eta
.adiskidetasunari

Benetako maitasunaren eta erakarren sentsualaren
artean bereizten ez dakitenak behin eta berriz etsita
geratzen dira

Ezkontza ideal altuetan eta elkarrekiko errespetuan
oinarritzen denean, bi arima maitekorren arteko batasun
zoriontsu eta arrakastatsua bihurtzen da, eta elkarlanean
aritzen dira bizitzako zama arintzeko eta bizitzeko kezka
uxatzeko, errukiaren eta elkarrekiko ulermen atseginaren
.bidez

Inork ezin nau kontrolatu edo nire borondatea kendu,
besteen pentsamendu eta ekintzek nigan eragina izatea
.baimentzen ez badut behintzat

Jauna, konturatzen naiz aukera amaigabe bat dudala

aurrean nire gaitasunak arakatzeko eta nire potentzial
espirituala ezagutzeko, atxikimendu materialak ordezkatzeko
ditut asmo handiagoekin. Eta konturatuko naiz espiritu leiala
beti nirekin dagoela

Gaur nire pentsamenduak baikortasun dosi batez beteko
ditut, esperientzia desatseginetatik urrunduko naiz eta
gorputza, adimena eta espiritua elikatuko dituen
.praktikatuko dut modu orekatu eta koherentean

Bizitzaren eta heriotzaren dantza beti presente dago,
baina nire identitate espirituala babestuz askatuko dut neure
burua betiko, eta proben eta atsekabeen ekaitzak aurrez
aurre jartzen zaizkidanean, nire arimaren ontzian nabigatuko
dut, bizitzaren itsasoan zehar, kostalde seguru eta
.jainkotiarretarantz

Lan egiten eta sortzen dudanean, gogoratuko dut
Jainkoak nire bidez lan egiten duela; unibertsoaren Jauna da
.eta berarekin konektatu naiteke sakonki meditatuz
Ene Jainko maitea, badakit nire pentsamenduek porrota
edo arrakasta ekarriko didatela, nire bizitzako
pentsamendurik indartsuena zein den arabera. Horregatik,

gogoratzen saiatuko naiz laguntza-eskua luzatzen ari zarela
.eta horrek arrakastaren arrazoietarako prestatzen nau
Hondamendi eta zorigaitzek eragiten didatenean, nire
animoa altxatuko dut eta gainditzeko nire erabakia indartuko
dut. Zintzotasuna eta zintzotasuna erabiliko ditut guztiekiko
harremanetan eta elkarreraginean, eta maitasun eta desio
onen pentsamenduak askatuko ditut. Orduan, Jainkoak bere
.botere eta jakinduriarekin lagunduko dit
Jauna, nire borondatea eta adimena erabiliko ditut
lehenik gauza txikiak lortzeko, eta gero lorpen
.handiagoetara igaroko naiz
Anbizio material guztiak bete arren, zoriontasun
osatugabea baino ez dute ekartzen, eta Jainkoa aurkitzea da
benetako zoriontasun bakarra. Poztasun-iturri agortezinak
aurkituko ditut. Eta ez du inoiz isuri eta korrika egiteari
.uzten, arimaren lorategietan eta bere betiberdeko larreetan

Urrezko esaerak

Zoriontasuna da nire eskubidea, nire ondarea eta nire
jainkozko altxor ezkutua. Gida nazazu, Jauna, erregeen
ametsak gainditzen dituzten altxorak nire baitan aurki
.ditzadan

* * *

Bihotzen jainkozko biztanleak bere dizipuluengan
argitzen ditu -bere erruki eta errukiagatik- jakinduriaren
lanpara distiratsuak, ezjakintasunaren iluntasuna uxatzen
.dutenak

* * *

Bizitza erritmo erregularreko mugimendu adimentsua
da. Objektu bizigabeetan moldatzen da, edo forma bizidun
eta mugikorra hartzen du. Bizitza guztiz hartzen du eta dena
.zeharkatzen du

* * *

Oi Maitale Handiena, zu zara bizitza bera, zu zara nire
helburua eta nire nahia. Egin nazazu arrosa loratu bat zure
zeruko lorategian, edo ale distiratsu bat zure maitasun

distiratsuaren lepokoan, edo eman iezadazu ohore handiena:
.zure bihotzeko lekurik txikiena

* * *

Besteek ongia egiteko nire ahalegina estimatzen duten
lekuan, horixe da nik zerbitzurik onena eman dezakedan
.lekua

* * *

Ehundu dezagun ametsen alfonbra urreztatua
oroitzapen gozoen eta pentsamendu finduen hari
zetatsuekin

* * *

Buru huts bat [pentsamendu positibo eta eraikitzaile-rik
gabekoa] arazo, antsietate, etsipen eta itxaropenik ezaren
.fabrika bat da

Maitasun unibertsala zure bihotzean finkatzen bada,
beste ezerk eman ezin dizun zoriontasun iraunkorra eta
.berritua ekarriko dizu

Lurreko existentziaren lorategian loratzen diren
bizitzaren loreak eder-ederrak eta atseginak dira ikusteko.
Baina are bikainagoa eta bikainagoa da nonbait dagoen
edertasun eta jakinduriaren iturburua, nondik etorri garen
.eta zeinera itzuli eta berriro nahastuko garen

Goizean dizipulua esnatzen denean, bere buruari
baieztatzen dio: «Ez naiz gorputza, espiritu ikusezin bat
naiz... Poza naiz... Argia naiz... Jakinduria naiz... Maitasuna
naiz. Eta gorputz honetan bizi naizen arren, nire espiritua
.«hilezkorra da eta usteltzeak ukitu gabe

Ihantz-tantak loreak loratzen eta hazten laguntzen duten
bezala, adeitasunak adiskidetasuna elikatzen eta haren
hazkundera sustatzen du

* * *

Badira ozeanoaren gainazalean agertzen diren olatuak
eta haren sakonean desagertzen diren olatuak; bi kasuetan,
ozeanoaren barruan daude eta harekin bat dira. Era berean,
ozeano kosmikoaren gainazalean "bizitzan" flotatzen duten
edo "heriotzean" bertan desagertzen diren gizakiak
.betikotasunaren ozeanoan daude berdin

* * *

Ilargiaren isla ez da argi ikusten ur nahasietan, baina
uraren gainazala baretzen denean, ilargiaren isla guztiz argi
bihurtzen da. Gauza bera gertatzen da gogoarekin: bare
dagoenean, zure arimaren aurpegia ikus dezakezu argitasun
.eta zehaztasun osoz

Bidali, Jauna, zure jakinduriaren eguzki izpiak nire lorpen
egun zoriontsuetan gidatzeko, eta zure errukiaren ilargi
betearen argia atsekabearen gau ilunetan zehar ibiltzen
.naizenean

Meditazioa da gogo unibertsalarekin konektatzeko
bidea, eta kontzientzia infinitu horrekin harmonizatzen
zarenean sorkuntzaren sekretu guztiak ezagutu ahal izango
.dituzu

Jainkoarengana hurbiltzeko eta hura ezagutzeko nahia
ez da berez sortzen, landu egin behar da, eta bizitzak ez du
.baliorik nahi hori gabe

Lurreko bizitza aldi baterako geldialdia da, eta
gizateriaren lehen betebeharra bidaia honen xedea eta
xedea ulertzea da. Helburu hori Jainkoa ezagutzea da, eta
.ezin da beste ezer izan

Zure bakea zure altxor preziatua da, beraz, ez utzi inork
.altxor hori zuregandik kentzen

* * *

Ikasi bakarrik, seguru eta babestuta egoten zure
bertuteen eta autoestimuaeren gotorlekuan

* * *

Dena existitzen da Jainkoa existitzen delako Eta bera
existitzen delako, zu ere existitzen zara Bere existentziari
esker, bizitzaren erosotasunez eta pozez gozatzen duzu
Beraz, Jainkoarekiko zure esker ona sakona izan behar da

Liburu onak lagun isilak, adeitsuak eta errespetutsuak
izan daitezke. Ez utzi liburu hauek zure une zailetan, ez
zaituztelako inoiz utziko, lagun fisikoek ez bezala, hauek
.abandonatu zaitzaketenak

Osasun ona, bizitza eroso eta gaitasun mental handia
duen edonork, baina zoriontasunik ez duenak, ez du oraindik
bizitzan arrakastarik izan. Benetan esan dezakezunean,
"Zoriontsu naiz, eta inork ezin dit nire zoriontasuna kendu",
.Jainkoaren irudia aurkitu duzu zeure baitan

Bakean eta lasaitasunean jarri arreta, eta bidali
maitasun pentsamenduak eta asmo onak bakarrik bakean
eta harmonian bizi nahi baduzu. Bizi ezazu zuzentasunean
eta jainkozaletasunean oinarritutako bizitza, eta zure
bizitzarekin lotuta dauden guztiek onura aterako dute
.zurekin egoteagatik

Lagunik ez baduzu, edo zure lagunek zure denbora
alferrik galtzen badute, edo ez bazara ondo moldatzen
haiekin, utzi jakinduria duten liburuak [eta materialak] zure
lagun izaten, haien orrialdeen ateetatik ideia harrigarri eta
.zirrargarrien mundu batera igaro zaitezkeelako

Jainkoa aurkitzeak bihotzak nahi duen guztia lortzea
esan nahi du, eta espirituala izateak osasunerako,
zoriontasunerako eta arrakastarako ateak irekitzea esan
.nahi du

Gure baitan bizitza guztia sortu eta eusten duen
.jainkozko boterearen txinparta bat dago, eta piztu zain dago

Irakurketa oso jarduera mental onuragarria da; adimena
lantzen du eta malgua mantentzen du. Egunero ordubetez
edo biz irakurtzeak edonori ezagutza-oinarri anitza emango
dio urte gutxiren buruan, baldin eta liburu merezi dutenak
aukeratzen baditu. Ez galdu denborarik eta ez kaltetu zure
gaitasun mentalak eleberri merkeak edo helbururik edo
.esanahirik ez duten liburu hutsalak irakurriz

Gizarte-joera dutenek liburu baliotsuetan energia berri
bat aurkituko dute gizateriari laguntzeko, gizon-emakume
noble eta talentudunek idatzitako liburuetan jasotako lezioen
.bidez
* * *

Irakurketa oso jarduera mental onuragarria da; adimena
lantzen du eta malgua mantentzen du. Egunero ordubetez
edo biz irakurtzeak edonori ezagutza-oinarri anitza emango
dio urte gutxiren buruan, baldin eta liburu merezi dutenak
aukeratzen baditu. Ez galdu denborarik eta ez kaltetu zure
gaitasun mentalak eleberri merkeak edo helbururik edo
.esanahirik ez duten liburu hutsalak irakurriz
* * *

Berekoikeria eta harrotasuna ezabatu behar dira,
.ezagutza espiritualerako oztopo handienak direlako
* * *

Jainkoaren sentimendurik gabe, mundu hau gatazkaz,
indarkeriaz eta etsipen mingotsez beteta dagoela dirudi.
.Zoriontasuna Jainkoarengandik hurbil sentitzean datza

* * *

Jainkoa ezagutzen dutenek etengabeko poza eta
zoriontasuna dute bihotzean. Segurtasun eta lasaitasun
bedeinkatua sentitzen dutenez, haserrearen ekaitzak ezin
.ditu astindu, ezta beldurrak ere bihotzean sartu

* * *

Liburu onak zure lagunik onenak dira; haien bidez,
adimen handiak entzun ditzakezu zurekin leunki hitz egiten,
kontsolatzen zaituztela eta aholkurik onenak eskaintzen
dizkizutela. Liburu onak irakurtzeko benetako gogoia lantzen
.ez baduzu, belaunaldien ondarea galtzea esan nahi du

* * *

Jainkozko laguntzarik gabe, jendea porrotera
kondenatuta dago, bizitzako borrokan arrakasta izateko
behar diren indarra eta jakinduria iturri infinitu batetik
baitatoz. Pertsona batek Jainkoa alde batera uzten duenean,
arrakasta lortzeko beharrezko laguntza eta babesa ematen
.dion bizi-lerroa mozten du
Aukera espiritualen atea jotzen duten bilatzaileek atea
irekita dagoela ikusiko dute, Jainkoak bere buruari laguntzen
.diotenei laguntzen dielako
Jainkoarekin harmonian zaudenean, natura osoa zurekin
harmonian dago

* * *

Maitasuna lixa-papera bezalakoa da, adimena leuntzen
.duena eta izaerari zakartasuna kentzen diona

* * *

Bat-batean Jainkoa nonahi aurkitzen duzunean, eta
zuregana etortzen denean, inspiratzen zaituenean eta
gidatzen zaituenean, jainkozko maitasunaren istorioa hasi
.da

* * *

Maitasuna bihotzetan irradiatzen dadila eta sendatzeko
izpiak bidal diezazkiela besteei

* * *

Bilatu Jainkoa ezagutzen gazte eta indartsu zaren
bitartean, zahartzaroan eta gaixotasunean ezin izango
baituzu gehiago bilatu. Jendeak bizitzaren benetako
esanahia ulertzen hasten den adinean, gorputza ahuldu
egiten da, eta bizitzaren gainerakoa egia bilatu beharrean,
.beren gaitasun fisiko hauskorrak zaintzen ematen dute

* * *

Jende guztiengandik onena hartuko dut, eta
nazionalitate guztien ezaugarri onak estimatuko ditut, haien
.akatsetan arreta jarri gabe

* * *

Eguneroko janariaren balio nutrizionalaz arduratzen
garen bezala, egunero gure buruari ematen dizkiogun
.mantenugai psikologikoei ere erreparatu beharko genieke

* * *

Hitz atseginak erremedio zoragarria dira gaitz
askotarako, indar magnetiko indartsua, ia magikoa baitute,
bedeinkapen eta oparotasun ugari ekartzen dizkiena
hizlariari. Hitz lasaigarri eta leunak erabiltzen dituztenek
korronte sotil bat sentitzen dute etenik gabe zeharkatzen,
lasaitasun sakon batez betetzen direlarik. Hau da, korronte
hori bere iturri altuagoarekin lotuta dagoelako, iturri horrekin
harmonian dauden arimetara iristen den fluxu konstante bat,
bakea nahi dutenei zoriontasuna transmititzeko aukera
.emanez

* * *

Zenbat hitz onek uxatu dituzte bihotzeko atsekabe asko
eta zenbat ahots jakintsuk argitu dituzte bide ilunak poz eta
!lasaitasun lanparekin

* * *

Bizi dugun esperientzia bakoitzaren bidez hazten gara,
baldin eta haietatik ikasgai baliotsuak ikas ditzakegula
konturatzen bagara. Bizi dugun min eta sufrimendu guztiek
esanahia eta helburua dute. Esperientzia hauen gogortasuna

gorabehera, burdin mea urtzen duen sua bezalakoak dira,
.altzairu eder, sendo eta moldakor bihurtzen duena

* * *

Nire bizitzako lorpen bikain guztiak Jainkoarekin
harmonian dagoen gogo baten botereari esker lortu dira.
Jainkozko sorgailua martxan dagoenean, nahi dudan guztia
gauzatzen da salbuespenik gabe, lehenik diseinu ikusezin
eta etereo gisa forma hartuz eta gero errealitatean indar
.erresistiezin batekin agertuz

* * *

Adimenak Jainkoari bihotzez eta sutsuki xuxurlatzen
dionean arima irrikatsu baten sakonetik, espirituaren deiak
bihotz unibertsala ukituko du, eta erantzuna etorriko da,
berarekin batera poz izugarria ekarriz. Xuxurla intelektual
honek borondatea lantzen du, nahi den helburua lortzeko
.beharrezko indarra izan arte

* * *

Pertsona baten gogo eta borondatea Jainkoarekin
harmonian daudenean, botere mugagabeaz hornituta daude,
beraz, zerbaitetan pentsatzea nahikoa da hori lortzeko,
jainkozko legeak borondate gorenarekin harmonian
.daudenen alde egiten baitu

* * *

Gure kezkak edozein direla ere, Jainkoak lehen postua
izan beharko luke gure bizitzan. Hazkunde espiritualaren
elementu garrantzitsuenetako bat Jainkoari etengabeko eta
bihotzez xuxurlatzea da, non zuk zeuk pertsonalki aldaketa
positibo zoragarri bat biziko duzun, asko txundituko
.zaituena

* * *

Gizakiak ez luke Jainkoak eman dizkion gaitasun mental
guztiak gauza iragankorrak bilatzera bideratu behar, bestela
materialismoaren labirintoetan galduko baita eta behar ez
dituen murrizketak eta mugak sortuko baititu bere buruari.
Horren orde, bere gaitasun mentalak erabili beharko lituzke

bizitzako beharrezkoak lortzeko eta bere gaitasun
espiritualak garatzen saiatu beharko lituzke, ongia eta
gaizkia bereizteko, eta kaltegarria eta onuragarria dena
.bereizteko

* * *

Egia iritzi eta teorien atzean dago, eta ikuspegi hau
hartzen duten askok beren ondorio subjektiboek mugatzen
.dituzte

* * *

Ireki, Jauna, lasaitasunaren ateak eta babestu nire
pentsamendu espiritualen santutegia xuxurla gaiztoen
erasoetatik, eta utzi nire irriken arrosak loratzen nire
bihotzeko lorategian, zure etorreraren egunsentia itxaroten
.dudan bitartean

* * *

Ezagutza teorikoak ez du jainkoazko ezagutza lortzeko *
gaitasunik, eta komeni da norberaren denbora preziatua ez
galtzea errealitatean aplikatu ezin diren teorietan, bestela
norbera oihan intelektual trinkoen erdian aurkituko baita eta
.teorien eremua gainditu ezinik

* * *

Zoriontasuna bizitzako egoera aldakorretan lortutako
garaipen psikologikoaren fruitua da

* * *

Jainkoak ezagutzen duena munduarentzat ezezaguna
izan daiteke

* * *

Pertsona batek bere burua ezagutza teorikoarekin
programatzen badu [benetako probarik gabe], esaera
zaharrak errepikatzen eta esaldi gorenak oihartzun egiten
dituen grabagailu eramangarri baten antzekoa izango da,
eta besteek jakintsutzat hartuko dute, baina ezagutza hori
ez da egiaren pertzepzio zuzenak indartzen, ezta lorpen
.espiritualak ere

* * *

Arazoak munduan jarraituko dute, beraz, nora jo daiteke
gidaritza eta norabide bila? Norberaren pentsamenduak,
ohiturek, aurreiritziek, joerak eta fanatismoak eraginda, ez
dute ezertarako balio, eta norberaren ingurunearen,
famiIiaren, herrialdearen edo munduaren eraginek ez dute
benetako gidaritzarik emateko. Beraz, Jainkoarengana jo eta
arimaren sakonetik datorren ahots lasai eta bareari entzun
.behar zaio, egiarekin harmonian dagoen ahotsari

* * *

Ireki zuen bihotzak jainkozko isurketari, zuengandik isuri
eta zuen bizitzak bedeinkazio eta ontasun espiritualez bete
.ditzan

* * *

Edozein lan egiten duzun eta edozein lorpen lor
dezakezun, gogoratu beti Jainkoa dela lan egiteko eta
.lortzeko behar duzun indar guztia ematen dizun iturria

* * *

Gogora nazazu, Jauna, pobrezian eta oparotasunean, *
gaixotasunean eta osasunean, ezjakintasunean eta
jakindurian, eta ikus dezadan unean ongizatea eta
sendatzea ematen duen zure argi bedeinkatua

* * *

Nire pentsamenduen bakardadean, zure ahots
bedeinkatua entzuteko irrikitan nago. Kanpora itzazu
niregandik nire oroimenaren tolesduretan ezkutatuta dauden
ahots lurtar eta gogorrak. Zure ahots lasai eta melodiosoa
.entzun nahi dut betiko nire arimaren lasaitasunean

* * *

Bizitza iluntasunean inguratuta dago, eta Jainkoaren
argia izan behar du gure gidari-lanpara bere bide ilunetan
zehar ibiltzen garen bitartean. Ilbetea da ezjakintasun eta
iluntasun gauetan, argitasunaren eguzkia esnatzeko
orduetan, gidaritza-argia eta Ipar Izarra lurreko existentzia
.iragankorreko itsasoetan zehar dabilTZanentzat

* * *

Gizateriarentzat ahanzturaren lozorrotik esnatzeko
garaia da, esnatze espiritual batera. Jauna, eskatzen dizugu
gure kontzientzia axolagabekeriaren eta pentsamendu estu
eta mugatuaren sakonetik bakearen, argiaren, maitasunaren
.eta giza erruki unibertsalaren horizonteetara igotzeko

* * *

Gauzak azkenean hobera egingo dute, Jainkoaren
botereak eta mirariak giza bizitzaren kontraesanen atzean
ezkutatzen baitira, eta egoeraren saihestezintasunaz
konbentzitura ez dagoenak eta bere gogoarekin eta
fedearekin beloaren atzean dagoen horretara sartzen
.saiatzen denak atea irekiko dio

* * *

Fedeak ez du esan nahi arduragabea izatea edo egoerak
zentzuz ez jokatzea. Aitzitik, gertatzen dena gertatzen dela
ere, pertsonak ziurtatu behar du Jainkoak bakarrik lagundu
diezaiokeela egoera zail eta nekagarrietan, bihotz, arima eta
.sentimendu osoz Harengana jotzen badu

* * *

Gure zentzumenek egia osoa helarazi ahal izango
baligute, lurra elektroibai gisa ikusiko genuke, eta hauts
zati bakoitza argi masa birakari gisa. Materialaren eremutik
espiritualera sartzen direnek ilusioaren izaera ulertzen dute
.eta egiaren funtsa ezagutzen dute

* * *

Afrikako oihanean, gudu-zelaian, gaixotasun edo
pobreziaz jota, norberak konbentzitu behar du Jainkoaren
eskua edozein arrisku baino indartsuagoa dela eta harengan
babesa bilatzen dutenak babesteko gai dela. Ez dago babes-
bide eraginkorragorik. Noski, arrazoia erabili behar da
gertaerei aurre egiteko, aldi berean jainkozko laguntzan
.konfiantza osoa jarritz

* * *

Izaki guztien bihotzetan bizi den maitasuna —ama, aita,
lagun eta maite guztien maitasuna— jainkozko maitasunetik
.dator

* * *

Bereizketa egin behar da betebeharrak nagusien eta txikien
artean, garrantzitsuena lehenetsiz soilik garrantzitsuena
baino. Gainera, ez dago beste betebeharririk kontraesanean
jarri behar denik. Eskriturek diote betebeharrak bat beste
batekin gatazkan dagoenean, benetako betebeharrak ez dela
.frogatzen duela

* * *

Eguzkiaren izpi biziak zabaltzen diren heinean,
itxaropen izpiak zabalduko ditut pobreen eta abandonatuen
bihotzetan [gizarteak baztertu dituenen], eta erabakitasun
berria txertatuko dut porrot egiten dutela uste dutenen
.bihotzetan

* * *

:Paramahansa irakasleak bere dizipulu bati esan zion
Ez baztertu inor zure maitasun zirkulutik. Gorde denak"
."zure bihotzean eta haiek ere berenean gordeko zaituzte

* * *

Jauna, lagundu iezadazu nire borondatea beti erabiltzen
ekintza onuragarriak eta onak egiteko
Lagundu iezadazu Zure nahiari egokitzen, nire
pentsamendu guztiak Zure helburuei erantzuteko eta Zure
.nahiarekin harmonian egon daitezen
Nire baitan ezkutuko eta bedeinkatutako boterea
esnatzen lagundu zidan, zailtasun eta proba guztiak gainditu
.ahal izateko

* * *

Esnatu zaitez ausart eta apal den nortasun espiritual
horretara - lehoien indarra usoen leuntasunarekin uztartzen
.duen nortasun espiritual horretara

* * *

Ez zait axola izango kritika mingots eta faltsuak, ezta
laudorio eta lausengu ugariak ere. Nire desio bakarra zure
.nahia egitea da, Jauna, eta zure faborea lortzea

* * *

Ezin duzu imajinatu jainkozko presentzia sentitzean
beteko zaituen poz izugarria. Zure arima Jainkoaren
maitasun mugagabeaz mozkortuko da orduan. Gizaki ororen
maitasuna baino milioika aldiz handiagoa den maitasuna da:
zure desio guztiak betetzen dituen eta zure bihotza poz eta
.asebetez betetzen duen maitasuna

* * *

Barne-fokuaren bidez, zoriontasun espirituala zuzenean
bizi dezakezu zure baitan eta zure inguruan. Kontzientzia
hau lantzen baduzu, zure nortasuna modu harmoniatsuan
haziko da, eta magnetismo erakargarria lortuko duzu
.pertsonentzat eta beste izakientzat

* * *

Oi Babesle Handia, ez zait axola dena galtzea nire
patuaren ondorioz, neuk egina baita, baina zuri eskatzen
dizut, nire babesleku bakarra, zureganako maitasunaren
kandela axolagabekeriaren eta ahanzturaren haizeetatik
.babesteko

* * *

Edan dezagun ase arte bakearen ur garbi eta
freskagarrietatik, egoera faboragarrien iturburuetatik
datozenetatik, positiboki pentsatzeko eta ikuspegi baikorra
.izateko dugun erabaki sendoak indartuta

* * *

Kontzientzia pertsona baten benetako izaera eta
motiboak agerian uzten dituen zentzumen intuitiboa da.
Zure kontzientzia garbi dagoenean, eta zuzena dena egiten
ari zarela badakizu, ez duzu ezer beldurtzeko. Kontzientzia
garbia Jainkoaren jokabide onaren lekuko da. Kontzientziaren
auzitegian absolbituta egoteak zoriontasuna izatea eta
.Jainkoaren bedeinkazioak jasotzea esan nahi du

* * *

Saiatu jende gehienak egiten ez dituen gauza ausart eta
atseginak egiten, eta eman maitasuna eta bakea besteek
.alde batera uzten dituzten horiei

* * *

:Paramahansa irakasleak bere dizipulu bati esan zion
Adimena lantzen denborarik ematen ez baduzu, ez"
duzu oparotasun materialak asetuko. Lantze hau ez da
tortura, baizik eta kontzientziaren entrenamendua
zoriontasunera eramaten gaituzten pentsamenduak eta
."ekintzak elikatze

Zure zoriontasuna zure arrakasta da, beraz, ez utzi inork
lapurtzen. Babestu zeure burua zu gogaitzen saiatzen
direnengandik. Mutikoa nintzenean, pazientzia galtzen nuen
norbaitek nire inguruko zurrumurru faltsuak zabaltzen
zituenean. Geroago, konturatu nintzen nire lasaitasuna
jendearen onespina edo miresmena baino garrantzitsuagoa
.dela

* * *

Jainkoarekiko deboto batzuek bizi duten jainkozko
maitasunaren istorioa jakingo bazenu! Bizitzako beste
esperientzia batek ezin du poz horrekin konparagarri izan.
Jainkoaren maitasunean etengabe murgilduta zegoen santu
bat ezagutu nuen, eta bere aurpegiak maitasun santua
irradiatzen zuen. Jainkoaren begia beti dago maite
.dutenengan, eta ez ditu inoiz une batez ere abandonatzen

* * *

Gutxi dira beren gaitasun mentalak eta espiritualak
garatzeko interesa dutenak

* * *

Ez utzi zeure buruari atzerapenaren hondora
hondoratzen. Jaiki zaitez eguneroko errealitate
aspergarriaren lozorrotik eta abiatu bizitza findu baten
.horizonteetarantz, non lorpena, poza eta bakea dauden

* * *

Zure baitan inbertitzeko zain dagoen potentzial izugarria
dago, eta zu zara hori aktibatu eta onura ateratzeko gai den
.bakarra

* * *

Ohitura txarren eta desira osasungaitzen aginduetatik
askatzeak arrakasta materialak baino zoriontasun handiagoa
dakar. Arrakasta intelektualean ongizate psikologiko bat
dago, kanpoko egoerek kendu ezin dutena. Denbora guztia
aberastasuna metatzen eman dezakezu, baina aberastasun
horrek ez dizu bilatzen duzun bake eta segurtasun
iraunkorra emango. Aitzitik, atsekabe handiagoa ekarriko
dizu, benetako zoriontasuna eta bakea gogoan baitaude, ez
.ondasun materialetan

Zure benetako nian sendo finkatuta zaudenean, zeregin
guztiak betetzen dituzu eta gauza on guztiak jainkozko
.pozarekin gozatzen dituzu

* * *

Ez utzi ahultasunak zure buruan sartzen, eta kontuz ibili
pentsamendu negatiboak eta ikuspegi pesimista duten
pertsonekin elkartzean, haien pensamendu ahulak zure
buruan ez sartzeko, zure buruak besteen pensamenduek
ahuldu ezin duten indar maila lortu ezean, baizik eta, aitzitik,
besteen pensamenduak indartu eta haien autokonfiantza
.handitu ahal izango duen arte

* * *

Jainkoa da lehenengoa, eta ez genuke gure eguna hasi
edo amaitu behar beragan pentsatu gabe. Gogoratu behar
dugu Jainkoagandik jasotzen dugun indar eta energiarik
gabe ezingo genukeela ezer lortu. Beraz, gure betebeharririk
.handiena berarekikoa da

* * *

Badago ohiturak eta tradizioak ebaluatu eta epaitzeko
modu bat. Hasieran, tradizio guztiek zuten justifikazioa.
Justifikazio hori oraindik existitzen bada, orduan tradizioak

esanahia eta onura ditu. Hala ere, ez da zentzuzkoa
tradizioak itsu-itsuan jarraitzea. Egia jakin eta jarraitu behar
diogu, zoriontasuna zerk ekar diezagukeen bereiziz eta gero
.aplikatuz

* * *

Hainbeste jende zoriontasun edo arrakastarik gabe
ikusten duzunean, ez pentsa hori dela haien patua. Nahi
duzuna bihur dezakezu zeure burua. Zure barne arrakasta
.da benetan arrakastatsu egiten zaituena

* * *

Zure baitan ezer ez baduzu, ez zara zoriontsu izango.

Baina zure inguruan ezer ez baduzu eta zure baitan
zoriontsu bazara, zalantzarik gabe arrakastatsua zara. Beraz,
ezinezkoa da pertsonak kanpoko egoeretan oinarrituta
.epaitzea

* * *

Jendetza zabalen artean, egon daiteke gorakada
espiritualera iritsi den eta barne-bakea eta zoriontasun
.espiritual gorena gozatzen duen pertsona bat

* * *

Badakit ziur behar dudan guztia etorriko zaidala, eta
horregatik ez dut kezkatzen etorkizunak zer dakarren. Hau
ez da harrokeria edo itxurakeria, botere bedeinkatu horren
lana eta eraginkortasuna askotan esperimentatu baititut nire
.bizitzan

* * *

Bizitzaren gainazalean flotatzen ari naizen ala
itsasoaren sakonean itotzen ari naizen, badakit Jainkoarekin
nagoela eta bera nirekin dagoela, eta ezerk ezin didala
kalterik egin. Ezagutza horrek zoriontasun deskribaezin eta
.sakona eman dit

* * *

Zalantzarik gabe, zerbait berria erostea esperientzia
atsegina da. Baina denbora baten ondoren, sentrazio alai
hori pixkanaka desagertzen da, eta baliteke interesa guztiz

galtzea, ahaztu eta beste zerbait desiratzea. Hala ere,
elementu horren faktura ez da ahaztuko, batez ere kuotan
!ordaindu baduzu

* * *

Pertsona batek bere bizitzaren kontrola hartu eta ahalik
eta gehien sinplifikatu beharko luke. Beharrezko eta
larrialdietarako dirua aurreztu beharko luke, luxuetan
gastatzearen gainetik aurreztea lehenetsi eta ahal duen
guztia eman besteei. Besteei laguntzen diezunean, laguntza
modu batera edo bestera etorriko zaizu, eta ez zaizu ezer
.faltako eta ez zaizu ezer galduko

* * *

Bihotz guztien pozean, zure zoriontasunaren oihartzuna
entzuten dut, Jauna, eta fededun guztien adiskidetasunean,
zure maitasuna sentitzen dut. Pozten naiz eta nire bihotza
pozten da nire lagunen arrakasta eta oparotasunaz, nire
ongizate eta erosotasunaz pozten naizen bezala. Besteengan
jakinduria pizten dudan heinean, nire jakinduriaren altxorak
biderkatzen ditut, eta guztien zoriontasunean, nirea
.aurkitzen dut

* * *

Zoriontasunaren etsairik handiena luxuak erosteko dirua
maileguan hartzea da. Jendeak uste du, oker, ezin direla
zoriontsu izan zerbait zehatza eskuratzen ez badute. Baina
gauza hori eskuratu ondoren ere, ez dute benetako
zoriontasunik biziko, dakarren aldi baterako poza
gorabehera. Zertarako hautsi egingo dela agintzen duen
lurreko zoriontasunaren mirajaren atzetik ibiltzeak? Jendeak
modu sinplean bizi beharko luke, etengabeko arreta behar
.duten ondasun ugari behar izan gabe

* * *

Nire paradisua nire baitan dago Jainkoaren
bedeinkapenez gozatzen dudan heinean, eskerrak ematen
dizkiot, eta nire barne-poza hazten da Barne-poztasun hori
gabe, lurreko plazer eta gozamenak ere infernu bihurtzen

dira Konturatu naiz barne-poz hori gabe, nire gain jarritako
erantzukizunen zamak bakea kenduko zidala eta
.zoriontasuna kenduko zidala

* * *

Aberastasuna gaixotasunekin eta arazoekin batera
badago, ondorioak ugariak izango dira Higienea eta osasun-
laguntza Mendebaldearen indarguneen artean daude
Intsektu kaltegarriak eta mikrobio hilgarriak
eraginkortasunez kontrolatzen dira herrialde garatuetan,
beste batzuetan ugariak diren bitartean Baina izurrite hauek
ezabatzea ez da lorpenaren gailurra, beste mota bateko
gaitz batzuk baitaude herrialde garatuetan, hala nola,
ordaintzeko zailtasunak dituzten fakturak eta zatika
ordaintzeko sistemek eragindako finantza-krisi itogarriak —
.—loa nahasten eta lasaitasuna ahultzen duten gaitzak

* * *

Unibertso handi hau sortu zen kontzientzia beraren
.parte gara

* * *

Ikusi al duzu inoiz ardi-talde bat? Batek salto egiten
badu, gainerako artaldeak zalantzarik gabe imitatzen du.
Jende gehienak horrelakoa da. Norbaitek ideia bat
bururatuko litzaioke edo joera berri bat aurkeztuko luke, eta
beste batzuek berehala jarraituko diote modari eta kopiatu
egingo dute. Eredu hau belaunaldiz belaunaldi iraun du.
Nazio guztiek dituzte bere ohiturak eta tradizioak, eta ezin
dugu esan guztiak zuzenak edo sendoak direnik. Baina nork
daki? Agian ohitura eta tradizio horietako batzuk
.zentzugabeak eta alferrikakoak dira

* * *

Pentsamenduen ekaitz nahasia baretzen denean,
bakearen erreinuan sartzen gara eta jainkozko presentzia
ukitzen dugu

* * *

Pentsa ezazu Jainkoarengan, edo bakea inspiratzen
duen paisaia eder batean, edo esperientzia alai eta atsegin
batean. Buruko jarduera positiboa eta lasaia indarberritzailea
.eta freskagarria da

* * *

Mundu kaotiko eta nahasi batean bizi gara. Diruak
zoriontasuna esan nahi duela pentsa dezakezu, baina lortzen
duzunean, zorigaiztoko zarela konturatzen zara.
Aberastasuna lortu eta osasuna gal dezakezu (Jainkoak ez
dezala utzi). Edo osasun ona izan eta dirua galdu. Edo
aberastasuna eta osasuna izan ditzakezu, baina arazo ugari
izan ditzakezu besteekin, adeitasuna eskainiz, baina
gorrotoa eta haserrea jasoz. Jainkorik gabe, bizitza honetan
.ezerk ezin zaitu benetan ase

* * *

Lurra tortura-ganbera bihurtzen da jainkozko planaren
ezjakintasunean bizi direnentzat. Baina bizitzako
esperientziak zure irakasle gisa ikusten dituzunean eta
haietatik mundu honen benetako izaera eta drama
kosmikoan duzun rola ikasten duzunean, esperientzia horiek
argibide baliotsu bihurtzen dira betiko poztasun eta
.zoriontasunerako bidean

* * *

Han, iluntasun ilunaren, isiltasun isilaren eta sortu
gabeko ezerezaren atzean, betiereko esentzia dago,
existentziaren jatorria eta botere eta izaki guztien, ikusgaien
.zein ikusezinen, iturria dena

* * *

Jainkoak ez zuen lur hau sortu guretzat jan, lo egin eta
hiltzeko soilik, baizik eta bere nahia ezagutu eta gure
existentziaren helburua uler dezagun. Jakintsu gutxi batzuek
ulertu dute kosmosaren planaren esanahia, baina jende
.gehiena itsua da eta ez da konturatzen helburu horretaz

* * *

Dirua ez zen inoiz nire bizitzako helburua izan; nire
helburua gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzea zen.
Horregatik, Jainkoak aukera asko ireki zizkidan neure burua
.mantentzeko eta nire misioa betetzeko

* * *

Jainkoak unibertso hau lege finko eta aldaezin baten
arabera funtzionatzeko sortu zuen. Lege unibertsal hauetako
edozein urratzen badugu, geure burua zigortzen dugu.
Eraikin altu baten teilatutik salto egiten duen norbaitek
hezurak hautsi egingo ditu. Beraz, ezin dugu grabitatearen
.legea alde batera utzi ondorioak jasan gabe

* * *

Munduko zibilizazioei begirada sakona eman eta
antzinako zibilizazioen sekretu ezkutatuak aztertzen
ditugunean, irudi zabal bat agertzen da, lerro
korapilatsuekin, kapitulu anitzekin eta xehetasun zehatzekin,
eta gizakia aldi berean banakakoa eta soziala dela ikusten
.dugu

* * *

Jainkoak kontzientzia materialaren menpe bakarrik
bizitzea nahi badu, gauza materialekin guztiz asebeteta
egongo ginateke eta munduko bideekin konformatuko
.ginateke

* * *

Ametsak gainditzen dituen garbitasun, bake eta
zoriontasun izpiak distira eta dantzan dabilta gure
funtsezko sakontasunean

* * *

Gure lurreko bidaia honetan gure bizitzako zeruan
agertzen den esperientzia bakoitzarekin, gure kontzientzia
zabaltzen eta inguratzen gaituzten edo jasaten ditugun
inguruabarrak hobeto ulertzen ikasi behar dugu, eta orduan
harmonia hobean bizi eta jendearekin eta bizitzarekin
.leunago moldatuko gara

* * *

Jende gehienak besteak imitatzen ditu. Pertsona batek originala eta sortzailea izan behar du, eta egiten duen guztia .menperatu

Ekialdean, arreta nagusia zoriontasun espirituala lantzea izan da, bizitzaren alderdi materialak askotan baztertu diren bitartean. Mendebaldean, erosotasun material batzuk badaude, baina zoriontasun psikologiko gutxi. Behar dena bien arteko oreka da, bizitzaren alderdi bakarrean zentratzeak desoreka eta bizitzaren eskaerei arrazionalki .aurre egiteko ezintasuna dakarrelako

* * *

Zoriontasun handiena -jainkozko zoriontasunaren ondoren- pertsona bat urteko egun guztietan bizi behar .dituen bere senide hurbilekin bakean egotea da Jendeak denbora asko galtzen du presaka eta oldarkortasunez jokatzeko, gauza handirik lortu gabe. Gutxi dira hausnartzeko eta bizitzak zer eskaintzen duen ulertzen .saiatzeko gelditzen direnak

* * *

Bakearen lorategietan jakinduriaren barne eraikinak eraikitze lan egin behar dugu, bertute espiritual .zoragarrien lore ugariekin loratzen eta distiratzeko direnak

* * *

Barne harmonia indar iturri aberatsa da eta energia berriztagarria sortzen du

* * *

Bizitzari begiratuta, arrakasta ez dela erraza konturatzen gara Bizitza askotan gogorra eta barkaezina da, eta bizibidea ateratzeko borrokatu behar dugu Pentsa ezazu zure gorputza mantentzeko eta osasuntsu eta gaixotasunetatik libre mantentzeko behar den ahaleginean! Horretan arrakasta izan arren, arrakasta hori aldi baterakoa da Gorputza —luzerako bizitza izan dezazula— azkenean atsedean hartuko du Beharrak indar ugariri aurre egitea agintzen du, bai barnekoak bai kanpokoak, nahi den

arrakasta lortzeko Indar hauek nekaezin lan egiten dute
benetan esanguratsuak diren lorpenak lapurtzeko

* * *

Saiatu lasai egoten edozein egoeratan, eta utzi zure
.bakearen hazia alaitasunez eta poztasun irribarrez loratzen

* * *

Santu handienek ere ez dute salbazio osoa lortzen beren
arrakasta —beren esperientzia espiritualak eta ezagutza
handiagoa— besteekin partekatzen ez badute, ulermen
espirituala lortzen lagunduz. Horregatik, etapa horietara iritsi
eta egoera horietara iritsi direnek irrikaz daude ulermena
behar dutenei emateko. Benetako arrakasta nahi baduzu, ez
.duzu zure zoriona bakarrik ziurtatuko, baita besteena ere

* * *

Adimena duen edonork irabaz dezake dirua. Baina
bihotzean maitasuna badu, ez du inoiz diru hori helburu
berekoietarako erabiliko; aitzitik, besteekin partekatuko du.
Dirua madarikazio eta zoritxarra da berekoien eta zikoitzen
eskuetan, eta bedeinkapen eta oparia bihotz oneko eta
.arima eskuzabalekoen eskuetan

* * *

Norbaitek denbora luzez isilik egotea aukera dezake,
bere familiarekin hitz egiteari uko eginez. Pertsona horrek
barne-bake maila bat lor dezakeen arren, bere jokabidea
berekoia eta kaltegarria da bere familiaren
zoriontasunerako. Ezin da benetan arrakastatsutzat jo bere
maiteek ere bere lorpenetatik etekina ateratzen ez badute.

Era berean, arrakasta materiala lortzea ez da soilik
oparotasunaz gozatzeko dugun eskubidea; baita besteekiko
dugun erantzukizun moralak ere, beren finantza- eta bizi-
.baldintzak hobetzen laguntzeko

* * *

Nire kontzientzia garbiaren hormen atzean babestuta
nago, iragan iluna erre dut eta gaurkoaz bakarrik nago
.kezkatuta

* * *

Gaur konturatzen naiz ongi handienaren argiarekin bat
naizela eta atsekabeen itsasoko olatuen aurka borrokatzen
.direnentzako itsasargia naizela

* * *

Jendeak ikuspegi eta teoria desberdinak ditu arrakastari
buruz, bizitzako anbizioen arabera. Ez da arraroa entzutea
batzuek arrakasta lapurretarekin parekatzen dutela,
honelako gauzak esanez: "Lapur arrakastatsua zen!". Horrek
azpimarratzen du arrakasta, bere forma eta barietate
guztietan, desiragarria eta bilatua dela. Hala ere, gure
.arrakastak ez luke besteei kalte egin behar
Arrakastarako beste irizpide bat ere badago: geure
buruarentzat emaitza harmoniatsuak eta onuragarriak
lortzeko gai garenean, besteak ere gure arrakastan sartu eta
.haren fruituak haiekin partekatu behar ditugu
Arrakastak pertsona baten ingurunean duen poztasuna
eta gogobetetasuna esan nahi du. Benetako arrakasta
zuzentasunaren printzipioetan oinarritutako ekintzen
emaitza da, eta besteen zoriontasuna eta ongizatea hartzen
ditu barne, norberaren zoriontasunaren zati gisa. Printzipio
hau gure bizitza materialean, intelektualean, moralean eta
espiritualean aplikatzen badugu, arrakastaren definizio osoa
.eta zabala izango dugu

* * *

Hemen, mundu mugatu honetan, luzera, zabalera eta
dentsitatea hautematen ditugu, baina badago beste maila
bat non dimentsioak ez diren existitzen; dena da argi eta
gardena — dena da kontzientzia eta pertzepzioa. Dastamen
zetzua pertzepzioa da, usaimena bezala. Gure
sentimenduak, pentsamenduak eta gorputzak kontzientzia
egoerak dira. Ametsetan ikusi, entzun, usaindu, dastatu eta
ukitu dezakegun bezala, maila altuago horretan ere,
sentsazio horiek guztiak kontzientzia hutsaren bidez bizi
.ditugu

* * *

Jauna, zoriontsu egin gaitzazu zure hurbiltasuna
sentituz, askatu gaitzazu desioen kateetatik eta eman
iezaguzu bizitzako esperientziek eta gertaera aldakorrek
.eragiten ez duten barne-poza

* * *

Gure adimenak pertzepzio altuagoekin bat datozenean,
kontzientzia espirituala esnatzen da gure baitan eta
jainkozko jakinduria eta maitasunaren mirari harrigarriak bizi
.ditugu

* * *

Jainkoa guztiz maite badugu eta gure pentsamendu eta
bihotz guztiekin Harengana jotzen badugu, hurbil sentituko
gara Harengandik eta bizitzako segurtasun babesleku
.handiena dela ikusiko dugu

* * *

Itxuraz hutsik dagoen espazio zabal eta zabalean,
unibertsoko gauza bizidun eta bizigabe guztiekin batzen
gaituen lotura kosmiko bat eta betiereko bizitza bat dago:
existentzia guztian zehar doan bizitza gorenaren olatu bat.
Betikotasuna da gure benetako etxea eta bizileku iraunkorra,
eta gorputz hauetan dugun existentzia aldi baterakoa da,
basamortuan zehar bidaiatzen ari den karabana baten
.atsedenaldi labur bat bezala

* * *

Espirituaren indar sortzaileekin lerrokatzen garenean,
gure arazoak gidatu eta konpontzeko gai den gogo
unibertsal eta infinituarekin konektatuko gara. Sormen-
indarra gure izatearen iturririk handienetik etenik gabe
isuriko zaigu, gure jardueraren edozein arlotan arrakasta
.sortzailea lortzeko aukera emanaz

* * *

Maitasuna hazten eta loratzen da konfiantza, tolerantzia
eta elkarrekiko errespetuzko giro batean

* * *

Bedeinka gaitzazu, Jauna, pentsamendu garbien eta
ohitura onen argiarekin, ohitura txarren eta pentsamendu
desbideratuen iluntasuna hurbiltzen bazaigu, berehala uxatu
dadin. Eta lagundu iezaguzu Zu maitatzen hain maitasun
sakon batekin, non ez ilusio materialek ez munduko
tentazioek ez gaituzten harrapatu edo gure gogoak eta
.bihotzak harrapatu

* * *

Erraz lortzen diren gauzak gutxitan dira baliotsuak.
Badakigu hori gizon-emakume handien bizitzak aztertuz eta
nola bihurtu ziren handi beren talentuak garatuz, beren
betebeharrak betez, beren balio moralak eraikiz, beren
ikasketa sakonekin eta berekoikeria saihestuz. Lortu zituzten
emaitzak eta lortutako lorpenak neurrigabe handiagoak izan
.ziren egindako ahaleginak baino

* * *

Benetako askatasuna jakinduriak gidatutako eta
ulermenak, zuzentasunak eta borondate irmoak babestutako
.aukera askatasunean datza

* * *

Zure borondatea, determinazioa eta bereizketa
kontzientea esnatzen dituzunean, indar ikusezinak askatzen
dira goi-kontzientziatik —arimaren ikuspegiaren bidez—
laguntzeko eta erosotasun psikologikora eta zoriontasunera
.daramaten bideak argitzeko, Jainkoaren laguntzarekin

* * *

Pertsonak bere ahaleginaren bidez ireki behar ditu
arimaren ubideak. Inork ez du borondatez aukeratzen
sufrimendua eta miseria bakearen eta zoriontasunaren
gainetik. Ezjakintasuna da sufrimenduaren erroa eta kendu
eta ezabatu beharreko oztopoa. Ezjakintasuna da belar txar
kaltegarria, sakonki errotua, gizateriaren lorategian hazten
dena, landare on eta onuragarriak baztertuz. Ezjakintasuna
borondate irmoarekin eta erabaki irmoarekin gainditu behar
da. Gogoaren lurra arreta mental zehatzarekin landu behar

da [positiboan] eta hazi onak fedearen urarekin ureztatu.

Maitasunaren izpi bizi eta beroek distiratzten dutenean,
ontasunaren hazia haziko da eta belar txar eta parasitoak
gaindituko ditu, iluntasuna ezin baita existitu argiaren
.aurrean

* * *

Gauza materialen plazerrak lausotu eta desagertzen
dira, baina jainkozko poza ez da inoiz itzaltzen. Amaigabeko
.eta deskribaezina den jainkozko zoriontasuna da

* * *

Ezin ditugu inoiz metodo okerrak erabili zoriontasuna
lortzeko, ezta barruan dugun bakea eta aberastasun
espirituala alde batera utzi behar ekintza eta portaera
infernalek ondorio suntsitzaileak dituzten erosotasun
.ilusorioaren eta bizitza distiratsu baten bila

* * *

Bakea da jainkozko presentzia harrapatzeko kamerarik
onena. Lasaitasun puru eta zehatzaren lentearen bidez, irudi
.bedeinkatua argitasun perfektuarekin agertuko da

* * *

Izan ere, jakinduria guztia zure baitan dago eta behar
.duzun guztia horren kontziente izatea da

* * *

Pozik egotea norbere hobekuntzan datza, beraz,
besteek zu bila zaitzakete zuk haiek bilatu beharrean.

Maitasuna eta adiskidetasuna itxaropenik edo eskaerarik
gabe eman behar dira trukean, itxaropenak erresumina eta
mingostasuna sortzen baititu. Norbere hobekuntzaren bila
ahalegindu arren, bakarrik, seguru eta bakean egon behar
.da norberaren bertuteen eta autoestimuaeren gotorlekuan

* * *

Poztasun eta baikortasun ur-jauziak isuri daitezela beti
nire bihotzetik, eta haien zipriztin freskagarriak uki ditzala
.ezagutzen ditudan guztiak

* * *

Poztasun espiritualak ariman sortzen du besteak modu
guztietan laguntzeko nahia, eta zoriontasunera eramaten
duten plazer moral finduak estimatzeko gaitasuna garatzen
.du, horrela plazer zakarretarako joera murriztuz

* * *

Zure rola txikia izan arren, rol handienak bezain
garrantzitsua izaten jarraitzen du arimek bizitzako
eszenatokian egiten duten antzezlan kosmikoaren
.arrakastan laguntzeko orduan

* * *

Kontzientzia unibertsala kontzientzia absolutua eta
infinetua da, etengabe berritzen ari dena eta bere sormenean
agortezina dena, eta zure bidez bere alderdi berezi bat
.adierazten saiatzen da

* * *

Jainkozko maitasuna behin bakarrik dastatzen baduzu
ere, ez diozu inoiz amore emango, unibertso osoan ez
.baitago parekorik

* * *

Jainkoa ezagutzen dutenek oso aurrerapen espiritualeko
mailara iritsi dira, non ez diren konformatzen bekatariei
aholku espiritualak eskaintzearekin, baizik eta -Jainkoaren
grazia eta laguntzarekin- botere espirituala eman
.diezaiekete beren bekatuen ondorioetatik askatzeko

* * *

Ekintza on eta gaizto guztiak garuneko zelulen barruan
daude eta ohitura edo joera birtutetsu edo gaizto gisa
agertzen dira pentsamenduan. Ohitura osasungaitzak dituen
pertsona batek, ohitura horien botereaz kargatuta
dagoelako, bere garuneko zelulak ohitura horien bidez
askatu daiteke borondatearen, meditazioaren, otoitz
zintzoaren eta etengabeko baieztapen positiboen bidez, bere
ohitura desegoki guztiak bake eta lasaitasun ohitura
birtutetsu bihurtu arte. Hori gertatzen da behar bezala
zuzendutako bizi-indarrak garuneko zelulen izaera anormala

aldatzeko lan egiten duenean, zelula horiek on, birtutetsu
.eta eder den guztiaz bete daitezen

* * *

Ulermena barne begia da, arimaren ikuspegia eta
bihotzaren teleskopioa. Gogoaren lasaitasunaren eta
.kontzientziaren garbitasunaren arteko oreka da

* * *

Egunero eszena desberdinak ikusten ditugu, eta
egunero ikasgai berri bat dakar ikasteko. Pertsona batek
ikasgaia bere existentziaren azken helburuan zentratuz
ikastea espero da: bere izatearen iturria eta bere bizitzaren
.oinarria aitortzea

Iraganeko atsekabeak ahazten ahalegindu gaitzen eta
ez dezagun horietan gehiegi pentsatzen utzi. Irmoki erabaki
eta borondate aktiboz, berritu ditzagun gure bizitzak, hobetu
ditzagun gure arrakastak eta landu ditzagun ohitura onak
.eta ezaugarri nobleak

Jainkoa da nire indarra eta ez dut beste indarrik sinesten
Bizitzako guduak borrokatu eta amaierara arte eutsi,
inoiz ez amore emanez. Ez esan inoiz: "Ezin dut bidea
aurkitu, beraz, saiatzeari utziko diot". Eskatu laguntza
akatsak egin badituzu, baina ez utzi inoiz saiatzeari. Askok
porrota onartzen dute oztopoak aurkitzen dituztenean. Huts
egiten dutenek arrakasta duten jendearekin elkartu behar
dute, ez porrot egin dutenekin. Izan zaitez erabakita
.arrakasta izateko; izan dadila hori zure bizitzako filosofia
Egunero gure indar fisikoa indartu, gure indar mentala

handitu eta gure benetako nia ezagutu behar dugu
meditazioaren, pentsamendu sendoaren eta gorputzari,
adimenari eta espirituari batera mesede egiten dion lan
.positibo eta emankorraren bidez

Ohitura on bat ezarri edo txar bat hautsi nahi duzunean,
ohitura desberdinen mekanismoak dauden garuneko
zeluletan zentratu. Ohitura on bat ezartzeko, lehenik eta
.behin lasai eseri eta meditatu, jainkozko gidaritzza bilatuz

Zentratu zure burua kopetan, bekainen artean, dagoen
borondate-zentroan eta berretsi irmoki garunean txertatu
nahi duzun ohitura. Ohitura txarrak ezabatu nahi dituzunean,
zentratu zure arreta borondate-zentroan ere eta baieztatu
irmoki ohitura horiek errotuta dauden zirrikitu guztiak
.ezabatzen ari direla
Fokuarekin eta borondatearekin, ohitura zahar errotuen
.ildo sakonenak ere ezabatu ditzakezu

Berretsi zeure buruari behin eta berriz ohitura
osasungaitzak zure garunetik kentzeko borondate-indarra
duzula. Baieztapen horretarako unerik onena goizaldea da,
zure borondate-indarra eta fokua gorenean daudenean.
Jarraitu zeure buruari baieztatzen agindu guztietatik libre
zaudela, eta egunen batean ikusiko duzu —Jainkoaren
.laguntzarekin— hautsi nahi duzun ohituratik askatu zarela

Beldur zaren edozer gauza, uxatu zure
pentsamenduetatik eta utzi Jainkoari. Sendotu Jainkoarengan
duzun fedea eta fidatu zaitez laguntzeko gai dela, eta jakin
.ezazu sufrimendu asko kezkatik eta antsietatetik datorrela
Zergatik sufritu behar duzu orain, beldur zaren gauza
oraindik gertatu ez denean? Gure asaldura gehienak
beldurretik datoz, beldurra gure bizitzetatik kentzen badugu
.libre sentituko gara eta sendatzea berehalakoa izango da

Gauero, oheratu aurretik, baieztatu zeure buruari
Jainkoa zurekin dagoela, babesten eta zaintzen zaituela.
Irudikatu bere argi babeslea alde guztietatik inguratzen
.zaituela, eta bere babes zoragarria sentituko duzu
Kosmikazko antzezlan honetan, arraza guztietako
gizakiek bizitzaren drama antzezten dute denboraren
.eszenatokian

Bizitzaren esanahia ulertu behar dugu, gure aldi
baterako rolekin gehiegi kezkatu edo horietan gehiegi

zentratu gabe. Bizitzaren ulermena askotan desitxuratuta
eta okerra da, berekoikeriaren eta ikuspegi mugatuaren
begietatik ikusten baitugu; espirituaren begiekin begiratuko
bagenu, gauzak ikuspuntu guztiz desberdin batetik ikusiko
.genituzke

Jakinduriaren begia irekitzen dugunean, Jainkoaren argi
osoa ikusten dugu, eta argi horretan gure izaera espiritual
hautematen dugu, unibertsoaren partikula eta atal guztiak
zeharkatzen dituen kontzientzia unibertsalaren izaeraren isla
.dena

Egia espiritualek inguratzen gaituzte, gure begi itxien
ateetan jokatzen dute, iluntasunaren ordeztarzia argia ikustera
animatzen gaituzte, ezjakintasunaren ordeztarzia jakinduriaz
jokatzera, gorrotoaren ordeztarzia maitasunez gure bihotzak
betetzera eta bakea ezartzeko eta ugaritasuna eta
segurtasuna gure mundura ekartzeko lankidetzan aritzera.

Hori egiten dugunean, ezjakintasuna desagertuko da,
munduko desberdintasunak desagertuko dira, batasuna
ikusiko dugu aniztasunean eta jainkozko nahiarekin
.harmonianago egongo gara

Jainkoarekiko dugun harremana ez da hotza edo
maitasunik gabekoa, enplegatzaile baten eta langile baten
artekoa bezalakoa. Bere seme-alabak gara, eta etengabeko
ardura du gurekin; beti entzuten gaitu. Bere izatearen parte
gara, eta Harekin dugun harremana bizirik eta bizia da.

Maitasun, ulermen, ikuspegi, borondate on eta indar
espiritual agortezin bat eman digu, baina gehienok
.aberastasun hori alferrik galdu dugu

Jainkoak segurtasunean, bakean eta lankidetzan
atseginean bizitzea nahi du, familia noble eta maitekor
bateko kideei dagokien bezala, baina gutizia eta kalkulu
berekoiak erretu eta errotu dira jendearen arimetan eta
.zatiketa eragin dute familiaren artean

Jainkoak nagusi izatea nahi du, baina guk esklabo izatea
aukeratu dugu. Gizateria bere zeruko etxetik urundu da eta

Jainkoarengandik hurbil eta Jainkoa guregandik hurbil
sentitzearen barne-paradisua galdu du, eta ezingo du
paradisu hori berreskuratu ahalegin pertsonalik gabe.
Jainkoak bere irudian sortu gintuen, baina egia hau gure
.burutik ihes egin du

Gure patua zailtasunak eta gure patua suntsipena direla
dioen ilusioari amore eman diogu, eta ilusioaren beloa
jakinduriaren sastakaiarekin urratu behar dugu beloaren
.atzean dagoen egia distiratsua ikusteko
Jainkoak zoriontasunez bedeinkatu nau nire bizitzako
urte luze hauetan zehar. Jendeak nire aurpegian poztasun
irribarrea ikusten duen ala ez, jainkozko poza beti dago
nirekin eta ez nau inoiz uzten. Zoriontasun ibai handia
etengabe isurtzen da nire kontzientziaren hondarren azpian
eta iturburu bedeinkatu gisa lehertzen da, nire bizitzako
.lorategiak ureztatzen dituztenak

Ez bizitzaren bat-bateko gorabeherak ezin didate bakea
asaldatu, ezta heriotzaren mamuak ere sentitzen dudan
.zoriontasun espirituala kendu

Zaila izan zen egoera hori iraunkor eta aldaezina
bihurtzea, baina orain gozatzen ditudan eta besteekin
partekatzen ditudan espirituaren fruituek merezi izan zuten
.egindako ahalegin guztia

Jainkozko espirituak gidatuta pentsatzen eta jokatzeko
dut. Dirua ez da inoiz nire bizitzako helburua izan, baizik eta
gizaterian ditudan anai-arrebak zerbitzatzea. Horregatik,
Jainkoak ontasunaren ate asko ireki dizkit neure burua
mantentzeko eta nire misioa betetzeko. Eta laguntza behar
.dudanean, Jainkoak berehala ematen dit
Nire nahi bakarra zuri zerbitzatzea da, eta horregatik
nago hemen

Jainkoaren boterea zuen bizitzetan ere lanean ari da.
Egia hau zeuen kabuz biziko duzue zuen fedea sendotzen
denean eta benetako aberastasuna ez datorrela arrakasta

materialetik, baizik eta Ahalguztidunarengandik konturatzen
.zarenean

Jainkoarekin igarotzen duzun une oro zure onurarako
izango da, eta maitasunez eta Jainkoa atsegin emateko
lortzen duzun guztia betikotasuneko erregistroan idatzita
.geratuko da zuretzat

Erretiratu zure pentsamendu sakonen bakardadean eta
gozatu isiltasunaren iturritik datorren bakeaz
Ekintza onak ereiten baditugu, poza eta bedeinkapenak
jasotzen ditugu, eta ekintza txarrak ereiten baditugu, krisi
.eta arazo mota eta maila desberdinak jasotzen ditugu
Ekintza on oro pikotxa bat bezalakoa da, zeinarekin
kontzientziaren lurzoruan zulatzen dugun jainkozko pozaren
.iturria aurkitzeko

Ikasi introspekzioaren eta esplorazioaren itsasoan
murgiltzen, liburu onekin, sinesmenekin, arazoekin,
filosofiarekin edo barne-pozarekin lotuta izan, aitortuz
[kontenplaziozko] bakardade arrunta benetako
.zoriontasunaren prezioa dela

Bizitza aurreikusezina, kapritxosoa eta misteriotsu
samarra dirudien arren, zalantzaz eta arazo eta asaldura
mota guztiez betea, Jainkoaren etengabeko babespean
gaude. Ez dugu gauzak gehiegi handitu behar edo
lasaitasuna galdu gertaeren aurrean, izua gainditzeko uzten
badiogu, gaizkiari boterea ematen diogulako eta haren
sustraiak sakontzen ditugulako, beldurraren eta
.antsietatearen lurzoruan hazten eta loratzen direnak
Galde iezaiozu zeure buruari gauero: Zenbat denbora
eman duzu Jainkoarekin, zenbat hausnartu duzu, zenbat
lortu duzu, zenbat egin duzu besteentzat eta zenbat
?kontrolatu dituzu zure desioak

Ez genuke espero behar bizitzako probetan zoriontasun
eta bake iraunkorra aurkitzea; aitzitik, geure baitan bilatu
eta aurkitu behar ditugu. Gero, edozein esperientzia bizi izan
arren, beste norbaiten esperientziak film batean ikusten

ditugun modu berean egingo diegu aurre, atseginak edo
.mingarriak izan

Pertsona batek bere esperientzia guztiak mingarri eta
tamalgarri bihur ditzake bere buruari hori egiten uzten
badio. Osasun onez gozatu dezakete, baina haren balioa ez
dute estimatzen. Baina gaixotzen badira, apaldu eta
ongizatearen bedeinkapena eskertuko dute. Jainkoaren
faborea aitortu eta ematen dizkigun bedeinkapenengatik
eskerrak eman behar dizkiogu, egoera kaltegarrien zain
egon gabe, esker oneko sentimenduak izan eta haren grazia
.aitortu arte

Bizitzak hausnarketa eta ekintza nahasketa bat izan
beharko luke. Pertsona batek bere oreka psikologikoa
galtzen duenean, kezka, atsekabearen hodei eta minaren
atsekabeen aurrean zaurgarri bihurtzen da. Eta osasunaren,
oparotasunaren eta jakinduriaren legeak hausten saiatzen
bada, ezinbestean gaixotasuna, pobrezia eta ezjakintasuna
.jasango ditu

Gure asmoak garbi mantendu behar ditugu, gure
motiboak garbi, eta lasaitasuna ekartzen diguten moduan
jokatu, eta ez utzi bizitzako egoerek gure bakea asaldatzen
.eta gure zoriontasuna suntsitzen

Bihotz tristeek eta pentsamendu hautsiek erakartzen
naute, urrun egon arren

Zabaldu zure maitasun erreinu distiratsuaren mugak
pixkanaka zure familia, zure bizilagunak, zure komunitatea,
zure herrialdea eta kontziente diren herrialde eta izaki
.guztiak barne hartzeko

Gure adimena indartu behar dugu, eta urteetan eta
belaunaldietan zehar heredatutako ahultasun intelektual eta
moralaren zama baztertu. Ezpurutasun horiek erre egin
behar dira erabaki berrituaren eta ekintza emankorraren
sutan. Ikuspegi eraikitzaile honekin, benetan

konprometitutako norbanakoak askapenaren eta
.askatasunaren horizonteetara irits daiteke
Aktibatu zure barneko botere infinitua, bizitzako
.eszenatokian zure rol ospetsua bete ahal izateko
Pertsona batek Jainkoa ez den beste edozer gauza
gurtzen hasten den bezain laster, zorigaiztoa bihurtzen da
haren patua. Gauza hauetan arreta guztia jartzen dutenek,
egia esan, gurtzen dituzte, eta, beraz, ez dira
Jainkoarengana hurbiltzen, baizik eta Harengandik urruntzen
dira. Baina Jainkoa kontenplatzen dutenek, Harengan
hausnartzen dutenek eta Harekin bihotzean elkartzen
direnek Harengana hurbiltzen dira eta barne-poza bizi dute
.Harekin duten isiltasun-komunioan
Jainkoa bakarrik da gai gizakien ametsak eta
zoriontasun iraunkorrerako itxaropenak betetzeko. Beraz, ez
.da ezerk Jainkoaren lekua hartu behar bihotzean
Badira bilatzaileari Jainkoa gogoratzen eta Harengana
hurbiltzen lagun diezaioketen sinbolo sakratuak. Hala ere,
pertsona batek sinbolo hauek gurtzen hasten bada, kalteak
onura handiagoa izango du. Gurtza Jainkoari bakarrik
.zuzendu behar zaio, beste ezer ez baita gurtza merezi
Errituzko gurtzaren izaera edozein dela ere, Jainkoak
onargarria da, baldin eta gurtzaileak kontzientzia
espiritualarekin eta Harekiko irrikaz egiten badu. Hala ere,
jende askok ez du gurtzaren funtsa ulertzen, eta haien
pentsamenduak eta bihotzak Jainkoagandik erritualetara
desbideratzen dira, eta, beraz, ez dute etekin handirik
.ateratzen gurtzatik
Benetako gurtzaileek ez dute beren kontzientzia irudi
edo forma batera mugatzen uzten, baizik eta maitasun
sakonenarekin eta arreta osoz irudi eta forma guztien atzean
.dagoen jainkozko espirituan zentratzen dira
Jainkoa absolutua eta infinitua da, eta ez dago irudi edo
.estatuarik hura edukitzeko gai denik

Esan daiteke Jainkoa zinez maite duen eta berarekin harmonian dagoen ororengan agertzen dela, nonahi baitago eta, beraz, guztiengan. Hala ere, ez du edonork jainkozko presentzia adierazteko gaitasuna. Eguzkiak berdin distira egiten die ikatzari eta diamanteari, baina diamanteak .eguzki-argia jasotzen eta islatzen du, ikatzak, berriz, ezin du Era berean, pertsona guztiak Jainkoaren argitan murgilduta daude, baina gutxi batzuk baino ez dira gai argi hori jasotzeko eta beren pentsamenduetan eta ekintzetan islatzeko. Horretarako, meditazioaren bidez eta jainkozko irakaspen eta aginduak jarraituz garbitu behar dute beren .burua

Jainkoaren izena ahoskatzen dugunean, sakon eta zintzoki kontziente izan behar dugu esaten ari garenaz.

Otoitzean jendearen pentsamenduak ikusi ahal izango bazenitu, ikusiko zenuke gehienek Jainkoa ez den guztia pentsatzen dutela, nahiz eta haren izena ahoskatu! Otoitz .hori alferrikakoa eta baliogabea da

Otoitz egiten dugunean, gure gogo osoa Jainkoarengan zentratzen saiatu behar dugu, haren izen bedeinkatua errepikatu eta gure pentsamenduak noraezean dabiltzan bitartean. Nire izeba batek bere otoitzak aleetan errezitatzen zituen, eta gutxitan izaten zituen eskuetatik kanpo. Baina egun batean aitortu zidan berrogei urtez otoitz ohitura hori praktikatu arren, Jainkoak ez zituela bere otoitzak erantzun. Ez da harritzekoa! Bere "otoitzak" urduri jartzen ziren ohitura .bat baino ez ziren

Otoitz egiten dugunean, Jainkoagan bakarrik pentsatu behar dugu Gure gurtzan zintzoak eta gure erreguetan debotoak izaten ahalegindu behar dugu Otoitz-aleak erabiltzea eta Jainkoaren izena etengabe deitzea guztiz onargarria da praktika bihotzetik datorrenean eta zintzotasunak eta gogo fokatuak babesten dutenean Hala .ere, praktika hau automatiko bihur daiteke denborarekin

Jainkoaren izena gure bihotzetan xuxurlatu behar dugu,
irrikaz eta jainkozko maitasunez; hau da Jainkoaren bihotza
ukitzen duen benetako gurtza. Jainkoaren izena hotz eta
gogo galduarekin ahoskatzea blasfemia eta errespetu falta
da. Otoitz egiten dugunean, bihotza eta adimena Jainkoaren
.maitasunez bete behar dira

Jauna, zu zara jainkozko Ipar Izarra, zeinak nire
pentsamendu ibiltariak gidatzen dituen proba eta
.atsekabeen itsaso nahasian

Yoga ariketa altuagoen bidez gogoaren kontzentrazioa
praktikatzeak Jainkoarengana hurbiltzen laguntzen du, aintza
eta distira iturri gorena dena, Jainkoaz pentsatzeak eta
.harekin komunikatzeak laguntzen duen bezala

Ezinbestekoa da astean egun bat erretiro espiritualari
eskaintzea (ahal bada), Jainkoaren kontenplazioa egiteko eta
lasaitasuna, bakea eta barne-bakea bizitzeko. Horrela
igarotako denborak balsamo lasaigarria izango da aste
.osoan zehar izango dituzun arazo eta antsietateetarako
Guztiok behar dugu astean egun bat bakardadean edo
"erretiro espiritual" batean igarotzea, zauri eta min
emozionalak sendatzeko. Egun hori bake, poza eta
asebetetze egun bihurtzen denean, irrikaz itxarongo duzu
.astetik aстера

Bakardadea handitasunaren prezioa da. Harrituta
geratuko zara erretiro espiritual honen eta zure
espirituarekin eta Jainkoarekin loturaren bidez zure
gogoarentzat, gorputzarentzat eta arimarentzat lortuko diren
emaitza zoragarriekin. Benetako zoriontasuna bilatzen
baduzu, jainkozko bakearen ozeanoan murgildu behar duzu
goizean goiz esnatzean, eta baita gauez lotara joan aurretik
.ere

Indiako jakintsuek ez dute egun bakarti bat bakarrik
gomendatzen, baizik eta egunero lau une zehatzetan
meditazio isila egiteko beharra azpimarratzen dute.
Egunsentian, jaiki eta inor ikusi aurretik, lasaitasunaz eta

bake sentsazioaz gozatu behar da. Eguerdian, bazkaldu aurretik gogoa baretu behar da, eta berriro ere bake aldi batez gozatu afaldu aurretik. Azkenik, gauean oheratu .aurretik, berriro bake egoeran sartu behar da Bakardadean eta eguneroko lau aldi hauetan zehar isiltasuna arduraz betetzen dutenek Jainkoarekin harmonia bizitzera behartuta daude. Aldi horiek guztiak bete ezin dituztenek gutxienez goizeko eta arratsaldeko orduak eskaini beharko lituzkete horri. Horrela eginez gero, beren bizitzak hobera eraldatuko dira eta benetako zoriontasuna .biziko dute; esperientzia da frogarik onena

Zure banku-kontua estaltzeko adina diru sartu gabe txekeak idazten eta sinatzen jarraitzen baduzu, zure dirua agortuko da. Gauza bera gertatzen da zure bizitzarekin. Zure bizitzako kontuan bakearen gordailu erregularrik gabe, zure energia agortu egingo da, zure lasaitasuna desagertuko da eta zure zoriontasuna lurrundu egingo da. Laburbilduz, azkenean porrot emozionala, mentala, fisikoa eta espirituala jasango duzu. Baina Jainkoarenganako eguneroko meditazio .sakonak zure kontu emozionala beteko du

Bilatzaile debotoak egunero meditatzen du, Jainkoarekin elkartuz bihotzeko maitasun eta irrika guztiarekin, bere burua agertzeko erregutuz. Jainkoaren maitale bazara eta haren presentzia bizi nahi baduzu, zure gogoa eta gorputza haren bakean murgildu behar dituzu, eta bizitzak irribarre .egingo dizu, eta zure gauzak modu askotan hobetuko dira

Pertsona lasai batek gutxitan egiten du akatsik, eta beste milaka huts egiten duten lekuetan arrakasta lortzen .du

Jainkoaz pentsatzen ez dutenak edo berataz arduratzen ez direnak deprimitu eta zorigaiztoko bihurtzen dira. .Suminkor bihurtzen dira eta ibiltzeko makina bihurtzen dira Jakinduriaren eta bakearen eguzkia lasaitasunaren zeruan aterako da eta zure izatea bere izpi sendagarrietan

bainatuko du, ahalegin espiritualala egiten baduzu eta zure
.bihotzean Jainkoari lehen lekua ematen badiozu
Ilargi bakar batek izar guztiak baino distira handiagoa
egiten du. Txikia dirudien eguzkiak, bere burua baino
milioika aldiz handiagoa den eremu batetik iluntasuna
uxatzen du. Era berean, pertsona on batek, munduan
egoteagatik soilik, pertsona gaiztoek igorritako bibrazio asko
konpentsatzen eta neutralizatzen dituzten bibrazioak
.igortzen ditu

Hausnarketa eguna atsedeen fisiko eta mentalaren eguna
eta barne bakea lantzeko eguna ere izan beharko litzateke.
Jakinduria eta bakea ematen duen edozein jardura
.bedeinkatua da egun horretan

Gurasoak ohoratzeari dagokionez, liburu santuek
gomendatu dute ondo tratatzea: "Ohoratu zure aita eta
."ama" eta "Izan zaitez jator gurasoekin
Giza gurasoak Jainkoaren ordezkari gisa ohoratu behar
dira, gizateria sortzeko dohaina eman baitzien. Ama
Jainkoaren maitasun garbiaren irudikapena da, ama
maitekor batek barkatzen baitu inork barkatzen ez duen
lekuan. Aita Jainkoaren jakinduriaren adierazpena eta bere
.seme-alaben babeslea da

Ez da aita eta ama maitatu behar Jainkoagandik aparte,
baizik eta haren maitasun babesle eta jakintsuaren
adierazpen gisa. Jainkozko espiritu gorena aita eta ama
bihurtzen da haurrari laguntzeko; beraz, gurasoengan
.ohoratu behar da

Eskriturek ere ez digute aholkatzen hiltzeagatik hiltzea,
orduan hiltzaile bihurtzen baita. Pertsona batek ez luke beste
baten bizitza kendu behar emozio biziko une batean. Hala
ere, maite dituzunak mehatxatuta badaude, Jainkoak haiei
eman dizkienak babesteko borrokatu behar da, norberaren
.familia eta herrialdea defendatzea betebeharrak sakratua baita
Adulterioaren debekuari dagokionez, sexu-batasunaren
helburu ideala Jainkoaren irudian sortutako seme-alabak

sortzea eta elkarrengan Jainkoa ikusten duten ezkontideek sentitzen duten maitasun garbiaren adierazpena izan beharko litzateke. Benetako maitasunari edo sexu-desira sortu zen helburu gorenari inolako erreparatu gabe, maila fisikoan soilik bizi direnek adulterioa egiten dute agindu honen arabera. Kasu honetan, ez dira desberdinak beren sexu-gogoak ase eta gero beren bidetik joaten diren .animalietatik

Jainkoak bulkada sortzaile hau sortu zuen gizon-emakumeengan, benetako elkarrekiko maitasuna ugaltzeko eta ezkontza-bizitzan adierazteko, eta ez da bestela gaizki erabili behar, baizik eta jarduera eta ezagutza sakratu .bihurtu

Zure izatearen barruan sexu-indarra kontrolatu eta banatzen baduzu, gaitasun mental handiak garatu ahal izango dituzu idazteko, marrazteko edo beste hainbat .modutan talentu ezkutak agerian uzteko

Eta azkenean jarduera sortzailea kontrolatu eta espiritualki eraldatzeko gai zarenean, bake handia, maitasun .handia eta gero eta poz espiritual handiagoa biziko dituzu Beren sexu-jarduera espiritualki eraldatu duten santuak eta lider espiritualak munduan eta egiaren bilaketa esoterikoan balentria harrigarri eta harrigarriak egiteko gai .diren erraldoiak dira

Beraz, sexu-bulkadaren erabilera gorena bere boterea igotzea da, hau da, bere energia helburu handiago baterantz bideratzea, jakinduria, ideal altuak eta printzipio espiritualak agertzeko. Ez litzateke sexu-pentsamenduetatik plazerrik atera behar edo debekatuta dagoena desiratu. Autokontrol mota hau lortzen denean, ikuspegi sendoa izango da sexu- .harremanei eta haren helburu handiagoei buruz

Sexu-gaien esklabo izateak osasuna, autokontrola eta bake intelektuala galtzea esan nahi du, eta, laburbilduz, .pertsona batek behar dituen zoriontasun-elementu guztiak

Liburu santuek ere ez lapurtzera animatzen gaituzte. Mila pertsonako talde batek elkarri lapurtuko balio, bakoitzak 999 etsai izango lituzke. Beraz, ezin da besteen eskubideak urratu, ezta haien lurrak, bakea, maitasuna, duintasuna edo haien ondasun material edo espiritualak bahitu ere. Zurea ez dena hartzeko gogorik ez baduzu, behar edo nahi duzuna etorriko zaizu. Lapurreta lehenik buruan sortzen da, pertsona batek besteen inbidia izaten hasten denean. Desira gaiztoen haziak burutik errotik atera behar dira. Altruismo espiritualak da bidea. Orduan, pertsona batek naturalki erakarriko du ugaritasuna, eta bedeinkazioak etorriko zaizkio ezagutzen dituen iturrietatik eta ezagutzen ez dituen iturrietatik. Hau jainkoen lege hutsezina da. Lapurrei eta pertsona berekoiei dagokienez, bizitza ondasun materialen atzetik igarotzen dute, begiak beti besteengan jarrita, nahiz eta beren kuxkak .urrez gainezka egon

Egoismo materiala alde batera uzten ez bada, munduak ezin du zoriontasuna ezagutu

Zoriontasuna lankidetzaren bidez bakarrik dator. Pertsona batek besteen beharrak bereak balira bezala sentitzen dituenetan eta besteentzat lan egiten duenean bere .buruarentzat lan egiten duen bezala

Beste agindu garrantzitsu bat da lekukotasun faltsurik ez ematea. Egia desitxuratuz norbaiti kalte egitea gizarte-harmonia ahultzeko beste modu bat da. Ondo tratatua izan nahi badugu, besteak horren arabera tratatu behar ditugu. Egia beti esan behar da, baina bereizketa egin behar da egia esatearen eta gertaerak soilik esatearen artean. Norbait herren edo itsu gisa aipatzea mingarria eta kaltegarria da; kontuan izan behar dira besteen sentimenduak eta lotsarazi saihestu. Era berean, helburu noblerik gabe norbait traizionatuko lukeen egia bat agerian uztea ere okerra da. Bestalde, ez da gezurrik esan behar egia ez esateko; aitzitik, isildu egin daiteke egoera batzuetan, besteak lotsarazi edo .kaltetu ez daitezen

Kontuz ibili behar da inbidiaz, arimaren bakea jaten
duen gaixotasun suntsitzaile batez. Zenbat eta gehiago
irrikatu besteena dena, orduan eta handiagoa bihurtzen da
norberaren atsekabea eta miseria. Inbidia duen pertsonak
bizitza nahasia du, lasaitasunaren zaporea ezagutu gabe.
Askoz hobe da bere burua errespetatzea, bere buruarengan
.fidatzea eta barne aberastasun espirituala bilatzea
Pertsona baten duintasuna eta berezko balioa askoz
handiagoak dira nahi edo eduki nahi luketen edozer baino.
Jainkoa gizaki guztietan agertzen da, beste inongo gizakitan
agertzen ez den moduan. Haien aurpegia ez da beste inoren
antzekoa, eta haien arima ez da beste inoren antzekoa,
haien baitan baitago sorkuntza osoko altxorrik handiena, eta
.altxorrik handiena Jainkoa da
Gure bizitzak distira eta ekintza onekin loratu daitezen
nahi dugu, poz eta zoriontasunez usaindu daitezen, eta gu
.estimatzen gaituztenen oroimenean betiko bizi daitezen
Pertsona batek fedea zuzena duenean eta horren
arabera jokatzeko duenean, zoriontsuagoa da federik ez
dutenak eta bizitzako borrokan beren betebeharrak betetzen
.ez dituztenak baino
Fede sendoa eta ekintza zuzena (motibo nobleek eta
asmo onek babestuta) beti daude zoriontasuna dagoen leku
guztietan, eta galtzen dira zoriontasuna ez dagoen lekuetan.
Hortik ondoriozta dezakegu zoriontasunerako bi baldintza
ezinbestekoak direla, eta ezin direla lortu horiek gabe.
Zoriontasuna nahi dutenek bi elementu funtsezko hauek
besterik ez dituzte eduki behar, eta hauek dira haren
.oinarriak eta zutabeak
Gizakiek ezin dituzte unibertsoaren osagai infinituak
nahi dutenean kontrolatu, aldatu edo ezabatu. Osagai hauek
giza bizitzaren ehunarekin lotuta daude, eta gizakiek ezin
dute haietatik isolatuta funtzionatu. Hala ere, gizakiek beren

adimena kontrola dezakete osagai horietara egokitze eta
.haiek kalterik ez egiteko

Gure arbasoak gu baino zoriontsuagoak ziren, ez guk
baino gauza eta plazer gehiago zituztelako edo bizitzako
arazoekiko esposizio gutxiago zutelako, baizik eta
erosotasuna, bakea, poztasuna eta, laburbilduz,
.zoriontasuna ematen zien oreka psikologikoa zutelako

Ez ziren kanpoko egoeren menpe beren zoriontasuna
lortzeko, ezta hura lapurtuko zieten kanpoko baldintzen
menpe ere. Erosotasun, bake, zoriontasun eta asebetetze
sentimenduak naturalak, normalak, osasungarriak eta
iraunkorrak ziren. Guk ere sentimendu horiek landu beharko
genituzke zoriontasuna izan nahi badugu. Eta nork ez du
?gure artean

Patua iraganean borondate askearen edo aukera
askatasunaren ariketa baten emaitza da. Iraganean
borondate askearen praktiken bidez, patua eta patua ekarri
ditugu eta ekartzen jarraitzen dugu geure gainera. Hala ere,
ez gaude iraganak mugatuta, ezta gure ekintzen ondorioek
betiko mugatuta ereindakoa desegin eta idatzitakoa ezabatu
dezakegu, hala nahi badugu eta gure bidea zuzentzen eta
.gure uztaren kalitatea hobetzen saiatzen bagara
Ondorio mingarriak dituzten ekintzen haziak
desagerrarazten baditugu eta haien ordeztarimaren
izaerarako egokiagoak diren haziak ereiten baditugu, ziur
aski zoriontasunaren fruituak jasoko ditugu arimaren
lurzoruan ereindako hazi on horietatik. Borondate askea
orain erabili behar dugu, orain eta ez bihar, zoriontasun
handiagoa lortu edo sufrimendua eta mina gutxitu nahi
.badugu

Beraz, zoriontasunerako baldintzak gizakiaren baitan
daude, eta egin behar duen guztia akatsik gabeko ekuazio

horri seriotasunez aurre egitea da, eta emaitzak bere alde
izango dira ebaluazio onena egiten badu eta horri aurre
.egiten badio

Jauna, bete bedi nire izatea zure bizitasunaz, bete bedi
nire bihotza zure presentzia eroso eta errukitsuaz, bete bedi
nire adimena zure jakinduriaz eta bete bedi nire arima zure
.jainkozko kontzientziaz

Zuen bihotzen lurzoruan, maitasunaren haziak hazten
dira. Ureztatu hazi horiek maitasun unibertsalaren eta erruki
.unibertsalaren urarekin

Adimenaren boterea mugagabea da eta, beraz, edozein
gairi buruz nahikoa sakon pentsatzen baduzu, gai horrekin
.lotutako edozein galderaren erantzuna lortuko duzu

Pertsona batek bere lan eta jarduera guztiak besteak
zerbitzatzeko eskaintzen baditu eta gogo-jarrera asebate
batekin burutzen baditu, orduan benetan merezi du kontuan
.hartzea eta esker ona

Ez genuke aldebakarrekoa izan behar. Aitzitik, gure
jarduerak orekatu eta gure lana eta betebeharrak lehenetsi
.behar ditugu, bakoitzaren garrantziaren arabera

Betebeharra pertsona batek pozik egiten duen ekintza
da, eta ez irabazi materialaren bila, eta betebehar espiritual
.eta morala lehenetsi behar dira bizitzan

Gizaki orok ustiatu gabeko potentziala du Beharrezko
indar guztiak ditu Adimena bera botere gorena da, eta
ohitura eta kontzeptu zaharkitu eta mugatzaileetatik askatu
.behar da

Planeta eta izarren eragina gizakien bizitzan planeten
eta giza gorputzen arteko erakarpen eta aldarapen indarren
.ondorioz gertatzen da

Pentsamendu gaiztoek pertsona bat ingurune kaltegarri
batera eramaten dute, non bere nahien arabera adierazi
dezaketen. Hala ere, pertsona batek bere pentsamenduak
eta kontzientzia alda ditzake borondatearen bidez, eta
ondorioz, baita bere ingurunea ere. Pertsona bat ingurune

kaltegarri batean denbora luzez badago, ingurune horrek inkontzienteki eragiten hasten zaio. Denborarekin, ingurune osasuntsu eta osoa aukeratzeko askatasuna erabat galtzen du eta ingurune kaltegarri horren eragin negatiboen menpe geratzen da. Borondate handia dutenak, berriz, Jainkoarekin .harmonian daude

Energia mental kontzentratua

Eguzki-argia lupa baten bidez puntu txiki batera fokatzen duzunean, beroa sortzen du, eta bero horrek egurra, ehuna, papera eta gehiago piztu ditzake. Era berean, zure burua zehatz-mehatz fokatzen duzunean, bere energia kontzentratuak porrot bakoitzaren atzean dauden zalantza-sustraiak erre ditzake eta jakinduriaren argia distiratsuki .distira egiten utzi

Adimena Jainkoarekin lerrokatzen denean, ontasun guztien iturria eta bedeinkatutako botere guztiaren jatorria denarekin, jainkozko presentziaz jabetzen da eta arrakastaren elementu guztiak bereganatzen ditu. Elementu hauek Jainkoaren botere izugarriarekin lotuta daude, edozein .arlotan arrakastarako aukera berriak sortzeko gai dena Arazoak eta zailtasunak pertsona batek bere iraganeko ekintzen kontzientzia eza sortzen dira, une eta leku jakin batean egindakoak. Beren egungo sufrimendua esandako pentsamendu eta ekintzetatik dator, zeinak bere kontzientziaren lurzoruan sustrai hartu baitzituen, landare bihurtu eta pentsamendu eta ekintza horien ezaugarriak .islatzen dituzten fruituak emanaz

Zailtasunak eta atsekabeak ez dira pertsona bat hausteko edo haren borondatea paralizatzeko etortzen, baizik eta Jainkoaren handitasuna estimatzera eta haren legeak errespetatzera, eta horien bidez benetako zoriontasuna lor dezakete. Jainkoak ez ditu proba gogor

hauek bidaltzen, batez ere gizakiak egindakoak direlako.
Gizateriak behar duen guztia bere kontzientzia
axolagabekeriaren lozorrotik esnatzea eta ezjakintasunaren
.iluntasunetik ezagutzaren argira ateratzea da
Gehienetan, gure zentzumenek plazer laburrak agintzen
dizkigute, baina azkenean mina eta sufrimendu luzeak
ekartzen dizkigute. Benetako bertuteak eta zoriontasunak,
ordea, gutxi agintzen dute, baina azkenean poz garbi eta
iraunkorra ematen digute. Horregatik uste dut barneko
zoriontasun iraunkorra benetako poztzat, eta aldi baterako
.plazer sentsualak gozamen hutsak direla

Eguzkia espaziotik milioika kilometrora begiratzen
duzunean, izar erraldoi hori gure Lurra baino askoz txikiagoa
.dirudi

Hala ere, Lurraren diametroa gutxi gorabehera 7.900
miliakoa da, eta Eguzkiaren diametroa, berriz, Lurrarena
baino ehun aldiz handiagoa da. Gure Lurra planeta
Eguzkiaren aurrean jarri ahal izango bagenu, puntu txiki bat
.bezala agertuko litzateke Eguzkiarekin alderatuta
Demagun eguzki-eremu ahaltsua hedatzen eta
zabaltzen ari dela, bere masa izugarriak zeru urdin osoa
irentsi arte. Ikusten dugun zerua unibertso infinitua
zeharkatzen duen espazioaren zati txiki bat besterik ez da,
.puntu txiki bat, hain zuzen ere
Eguzkiak espazioan hedatzen eta mugagabe luzatzen
jarraituko balu ere, ezingo luke infinitua hartu
Txikitasunaren eta finitudearen ilusio kosmikoak
adimena mugatzen eta eragozten du kosmos zabaltasun hori
.hautematea
Nondik dator hutsune absolutu hori, eta non daude bere
?mugak

Dimentsio edo neurrien menpe ez dagoena, mugarik
edo jatorririk ez duena, Jainkoa da, nonahi dagoena eta
espazioaren mutur urrunenetan existitzen dena. Urruneko
izar urrunetan dago. Zure baitan eta nire baitan dagoen
bezala, kontzienteki da hartzen duen espazio oroz, txikia edo
.handia izan arren

Iragana ezezaguna da gizateriaren gehiengoarentzat,
pertsona argitu gutxi batzuk izan ezik. Hala ere, iraganari
buruzko gure ezjakintasuna ere gure alde da. Izan ere,
bizitza honetan eta aurreko bizitzetan egin dugun guztia
jakingo bagenu, gure ekintzen bolumen izugarriak gainezka
egingo gintuzke eta guztiz nahasita geratuko ginateke. Gure
borondatea ere paralizatu egin liteke kolpearen ondorioz,
gure helburuekin jarraitzeko gai ez bihurtuz eta etsipenaren
biktima utziz. Lurreko bizitza honetan ere, ahanztura
Jainkoaren bedeinkapena da, gure pentsamenduak eta
sentimenduak iraganeko oroitzapenek, batez ere mingots
eta mingarriek, kontsumitzea eragozten duena. Zorionez,
gure baitako txinparta jainkotiarrek etengabe distiratzten du
itxaropenarekin eta bizitzaren etengabeko bidaia jarraitzeko
nahiarekin. Jainkoari eskerrak eman behar dizkiogu bi
bedeinkapen hauengatik: iragana ahazteko gaitasuna eta
.etorkizunerako itxaropena

Ez genuke ondorioztatu behar patuak oztopoak jartzen
dizkionik borondate askearen bidean. Hala ere, ahal dugun
guztia egin behar dugu jende gehienak patuari eta patuari
egozten dizkion eragin negatiboek aurre egiteko, eta gure
aukera askatasuna gure barne-sinesmenen arabera erabili,
baldin eta uste horiek fede sendoan oinarrituta badaude eta
jainkozko legeetan oinarrituta badaude, eta horiek gabe
.pertsona batek ezin du benetako zoriontasuna dastatu

Ekintza bati ekiten diogunean, ez gaituzte
zirkunstantzien beldur izan behar, baizik eta baikor izan
behar gara neurri gorenean, borondatea eta aukeratzeko
askatasuna erabiltzearen bidean ezerk ez duela oztopo
.izango fede osoz

Gizakiak ibaiaren gainazalean flotatzen ari den hosto
baten antzekoak dira askotan, eta ilusio eta suntsipen ur-
jauzietara eramaten dituen ohitura automatikoen korrontetik
atera behar dute beren burua. Jende gehienak axolagabe
.dirudi eta korronteak eramaten uzten dio bere buruari

Gure helburua lortzen ez badugu, onargarria da
inplizituki onartzea guk sortutako oztopoak egon direla, eta
horiek lortzea eragotzi digutela. Iraun egin eta ahaleginak
bikoiztu behar ditugu nahi dugun emaitza lortzeko. Ziurtatu
behar dugu, halaber, oztopoak eta erronkak
zenbaterainokoak eta ikaragarriak izan arren, gainditzeko
indarra dugula. Saiakera guztiak egin arren huts egiten
badugu ere, ez dago etsipen edo frustraziorik, baldin eta
ulertzen badugu gizakiaren borondatea patua baino
indartsuagoa dela, eta hori gurea da. Beraz, ez diogu
saiatzeari utzi behar, zenbat aldiz huts egiten dugun kontuan
hartu gabe, beti baitaude ateak irekita. Ahalegindu eta
saiakera errepikatu besterik ez dugu egin behar, arrakasta
lortu arte. Jainkoak lagunduko digu, betiere harengan
konfiantza dugun eta beharrezko ahalegina egiten dugun
bitartean. [Bidetik doana helmugara iritsiko da, eta
.Jainkoarengan konfiantza duena ez da etsita geratuko]

Pertsona batek zerbait biziki eta etengabe desiratzen duenean, desio horrek ez du inoiz bere kontzientziatik alde egiten, noranahi joan eta bere kezkak edozein direla ere. Bere jarduera etengabe eta nekaezinari esker, desio horrek determinazio eta energia izugarria du. Barne-xuxurla hau ezpainak mugitzen dituen erregu mekanikoa baino indartsuagoa eta eraginkorragoa da. Horrela jokatzeko dute Jainkoa maite dutenak. Harekiko maitasuna etengabe xuxurlatzen dute, bihotzeko xuxurlak entzunezinak izanik eguneroko jardueretan zehar. Bihotz-xuxurla honek ez ditu distraitzen edo beste betebeharrekin gatazkan jartzen. Jainkoarenganako desioa hazten den heinean, Harekiko maitasuna sakondu eta areagotu egiten da, harik eta haren presentzia bizi eta arimaren begiarekin haren argia ikusi arte. Poztasun izugarria dastatzen dute eta deskribaezina .den bakea sentitzen dute

Jainkoak bizitzan behar ditugun lezioak bidaltzen dizkigu, horietatik etekina atera eta ulermena eta esperientzia lor ditzagun. Lezio horiek saihesten dituen edonork ikastera behartuta egongo da, zenbat denbora .behar izan arren

Proba oro lagun bat da bertatik ikasten badugu, eta despota tirano bat aukera alferrik galtzen badugu eta gaizki erabiltzen badugu marmarrez, haserrearekin eta epaiketa .txarrez

Bizitzarekiko ulermen sendoa eta jarrera egokia .dugunean, ederra eta konplikaziorik gabekoa bihurtzen da

kasu psikologikoak

Pertsona batek ezin du betiko poz-uhinen gainean eramanda, atsekabearen ur nahasietan murgilduta edo asperduraren sakonean itota egon. Dualtasun gatazkatsuen mundu honetan, pertsona arrunta gorabehera askoren menpe dago: zoriontasun-uhinetan igotzen, apatiaren amildegian hondoratzen eta tristura-uhin bortitzek astintzen .dute, eta gutxitan bizi du beste kontzientzia-egoerarik

Zirkunstantziek norberaren pentsamenduak horrela mugitzea uzteak norberaren borondatea patu kapritxoso eta etengabe aldakor bati uztea esan nahi du. Pertsona batek bizitza arrakastatsu eta betegarria bizitzeko behar duena oreka mentala da, eta hori pentsamendu fokatuaren eta norberaren gaitasun emozionalak kontrolatzearen bidez .bakarrik lor daiteke

Atsekabe sakonenak ere denborarekin sendatzen dira, beraz, ez du zentzurik gure bizitzako egunero doluan murgiltzeak. Maite dugun norbaiten galera etengabe doluak ez digu ez laguntzen ez haiei ez guri, eta ez du ezer aldatzen. Era berean, gutxiagotasun konplexua lantzea edo norbera zigortzea iraganeko akats edo porrotengatik kontraproduktiboa da; bizitza tamalgarriagoa egiten du eta .gaitasun mentalak itotzen ditu

Ez dugu errutina aspergarriaren zuloan erortzen utzi behar, egoera psikologiko hori ez baita batere erosoia,

adimena asaldatzen baitu eta gaitasun ezkutuak apatiaren
.labea erretzen baititu

Porrota sustraiaetik desagerrarazi behar da, eta
bizitzako soroak arduraz eta erabakitasunez goldatu eta
ontasunaren haziak erein behar dira, uzta oparoa jasotzeko,
.Jainkoaren laguntzarekin
Egin inork lehenago egin ez duen zerbait — mundua
harrituko duen zerbait. Erakutsi Jainkoaren sormen-
.ahalmena zure bidez lanean ari dela

Temperamentu lasai eta noblea duten pertsonak gure
pentsamenduak magnetikoak eta osasuntsuak bihurtzen
laguntzen dute. Ez da zaila zehaztea pertsona batek bere
elkadura intelektuala ingurune baketsu edo nahasgarri
batetik hartzen duen. Antsietatea, larritasuna eta
nahasmena pertsona mota okerrak, lagunak edo senideak
izan, elkartzetik sortzen dira, pensamendu antsietatetsuak
.eta umore nahasia eragiten dituztenak

Gorputzak energia eta jarduera elikagai fisikoetatik
lortzen ditu, eta elikagai magnetikoek, berriz, gorputzari eta
adimenari errazago digeritzen diren energia-kargak ematen
dizkiote, energia bizidun bihur ezin daitezkeen elikagai solido
.eta likidoek baino

Ezjakintasuna jakinduria, ahultasuna eta hauskortasuna
osasun eta bizitasun bihurtzeko gai zarenean, eta bizitzako
bideetan konfiantzaz eta ausardiaz ibiltzen zarenean —
bakarrik ere—, eta barne-poza aurkitzen duzunean
kontzientzia bizi eta erne bat edukitzean, eta Jainkoaren

justizian eta zuzenaren eta okerraren gaineko garaipenean
fede sendoa izatean, eta egunero zure pentsamenduak
maila altuago eta finduagoetara igotzen saiatzen zarenean,
eta bihotz maitekor eta esker onekoa eta besteekiko asmo
onak dituzunean, zure elikadura intelektuala magnetiko
bihurtuko da, eta zuregana erakarriko duzu eder eta
onuragarri den guztia —gauzak, pertsonak eta
zirkunstantziak—, segurtasunaren eta babesaren
kostalderantz zure bidaia jarraitzeko ezinbestekoak direnak.
Eta azkenik, behar duzuna lortzeko ahalegina egiten
duzunean eta Jainkoak ematen dizunarekin pozik zaudenean,
espirituz aberatsagoa izango zara eta asebateagoa izango
zara munduko desioek kontsumitzen dituztenak eta haien
.plazer iragankorren irrika dutenak baino

Errukia da arima guztiak beste arimekin lotzen dituen
.zubia. Errukia da bihotz guztietarako atea

Pertsona batek Jainkoa bilatzen duenean, beste guztien
gainetik benetako lagun bakarra baita, benetako
adiskidetasuna ezartzea posible da giza harreman guztietan:
familiar, anaiartean, ezkontzan eta espiritualean.
Adiskidetasuna ezinbesteko elementua da ezkontza
harremanetan, eta hurbiltasun intelektuala eta emozionala,
erakarpen espiritualaren sentimendua eta benetako
maitasuna izan behar dira lehentasuna. Benetako
maitasunaren eta erakarpen fisikoaren arteko bereizketarik
.egiten ez dutenak behin eta berriz etsita geratzen dira

Ezkontza ideal altuetan eta elkarrekiko errespetuan
oinarritzen denean, bi arima maitekor eta lankidetzan
aritzen diren arteko batasun zoriontsu eta arrakastatsua
bihurtzen da, elkarren bizitzako zamak arintzen dituztenak

eta elkarrekiko enpatia eta ulermen atseginarekin
.bizitzearen kezkak uxatzen dituztenak

Inork ezin nau kontrolatu edo nire borondatea kendu,
besteen pentsamendu eta ekintzek nigan eragina izatea
.baimentzen ez badut behintzat
Zure pentsamendua materiara mugatzen baduzu, dena
ikuspegi material batetik ikusiko duzu. Baina zure
kontzientzia kontzientzia espiritualaren egoerara igotzen
duzunean, Jainkoaren argiaren korrante orokorra materia
guztiaaren gainetik isurtzen ikusiko duzu, eta dena ikuspegi
.espiritual batetik ikusiko duzu

Jauna, konturatzen naiz aukera amaigabea dudala nire
gaitasunak arakatzeko eta nire potentzial espiritual
ezagutzeko. Gaur nire pentsamenduak baikortasunez beteko
ditut eta esperientzia desatseginetatik urrunduko naiz. Nire
gorputza, adimena eta espiritua modu orekatu eta
.harmoniatsuan elikatuko dituen praktikatuko dut

Eranskin materialak asmo handiagoekin ordezkatzeko
ditut
Eta konturatuko naiz espiritu leiala beti nirekin dagoela

Bizitzaren eta heriotzaren dantza beti dago presente,
baina nire identitate espiritual salbatuz askatuko naiz
betiko. Eta proben eta atsekabeen ekaitzei aurre egiten
diedanean, nire ontzi espiritualean bizitzaren itsasoan zehar
.nabigatuko dut, kostalde seguru eta jainkotiarretara

Lan egiten eta sortzen dudanean, gogoratuko dut
Jainkoa nire bidez ari dela lanean. Unibertsoaren Jauna da,
eta Harekin konekta naiteke haren hausnarketa sakonaren
.bidez

Ene Jainko maitea, badakit nire pentsamenduek porrota
edo arrakasta ekarriko didatela, nire bizitzan zein ideia den
indartsuenaren arabera. Eta saiatuko naiz gogoratzen Zure
laguntza-eskua luzatzen ari zarela eta nire arrakastarako
.bidea prestatzen ari zarela

Hondamendiak eta zorigaitzak gertatzen zaizkidanean,
nire indarra bilduko dut eta horiek gainditzeko nire erabakia
sendotuko dut. Zintzoa eta zintzoa izango naiz guztiekin
dudan harremanetan, eta maitasun eta desio onen
pentsamenduak zabalduko ditut. Orduan, Jainkoak bere
.botere eta jakinduriarekin lagunduko dit

Gaixotasun espiritualak eta haien tratamendua
Paramhansa Yogananda maisua

Saiatu desproporzionatuak eta harmoniarik gabeko giza
:irudien talde bat imajinatzen
Txitxirio baten tamainako buru txikia eta gamelu baten
!tamainako gorputz handia dituen
Beste batek Sanson edo Herkulesen eskua bezalako
esku indartsua eta nano baten gorputza bezalako gorputza
!ditu
Eta hirugarren batek elefante erraldoi baten burua eta
!sagu argal baten gorputza ditu
Ez al litzateke eszena hori harrigarria eta harrigarria
izango zuretzat, edo tristea eta damugarria, bat-batean

osaera arraro eta desadosa duten izaki horien multzo bat
?ikusiko bazenu

Orain imajinatu beste pertsona talde bat, itxuraz eta
formaz normalak direnak, baina mentalki desorekatuak eta
.psikologikoki desitxuratuak daudenak

Arropak zauriak, zauriak eta bestelako deformazio

fisikoak ezkututzen dituen bezala, gorputz sendo eta
osasuntsu batek eta aurpegi eder eta distiratsu batek ere
buruko gaixotasun larri eta jaiotzetiko akats asko ezkututzen
.dituzte

Itxura dotoreagatik eta osasun onagatik nabarmentzen
diren pertsona arrunten jendetza handi batekin topo egingo
bazenu, eta haien gorputz mentalak zure ikuspegi
espiritualarekin zeharkatzeko gai izango bazina, harrigarria
izango litzateke sorpresa, eta agian tristura sakon batek
.hartuko zintuzke aurkituko zenukeenarekin

:Haien gorputz mentalak honela beha ditzakezu

Buruak adimena irudikatzen du, gorputzak zentzumenak
eta sentimenduak, eta eskuek eta oinek borondatea, guztiak
.anormalak, gaixoak eta deformatuak direnak

Batzuek buru txikia dutela ikusiko duzu, jakinduria

garatu gabea, gorputz flaku baten gainean muntatuta,
.anbizio berekoi eta desira sentsualez puztuta

Ikusiko duzu, halaber, pertsona batzuek sentimendurik
eta bizitasunik gabeko gorputza dutela, nahiz eta beso oso
.garatu eta funtzionala izan

Beste batzuek garun handi eta sortzailea izan dezakete,

baina haien enpatia eta gaitasun emozionala mugatuta eta
atrofiatuta daude. Eta badago beste pertsona kategoria bat,

konstituzio fisiko eta mental normala duena, baina
borondate-indarra eta autokontrola ahula edo paralizatua
.duena

Eta behaketen zerrenda luzatzen da, eta luzaroan bizi

!zaitezela opa dizuet

Gizakietan, alderdi batzuetan gutxi garatuta eta beste batzuetan gehiegi garatuta dauden gorputz mentalen distortsio psikologiko ugari daude, ezkutuan bada ere. Mina psikologikoa eragiten diete eta beren talentuak eta gaitasunak erakutsi behar diren bezala erakustea eragozten .diete

Hemen zenbait gaixotasun psikologiko jorratzeak giza arazo guztien azpian dauden kausak identifikatzen lagun dezake, gutxienez arazo horiek jasaten dituzten guztiek ezagutu ditzaten, inkontzienteki bada ere, akats horien izaera, haien sintomak eta psikean duten isilpeko sartzea uler dezaten, bakearen eta zoriontasunaren suntsipen .arrastakaria uxatu ahal izan dezaten malenkonia espirituala

Gaixotasun hau oso hedatuta dago adimenez eta fisikoki inaktibo daudenen artean, gai espiritualetan sakon murgilduta daudelako aitzakiarekin. Kaltetutako pertsona hauek bizitza materialaren betebeharrak nagusiak eta txikiak alde batera uzten dituzte Jainkoa zerbitzatzeko aitzakiarekin, eta horrela Satanasen esku uzten dute beren burua, eta honek kalte larriak eragin diezazkieke. Pesimismoa eta inguruko edozer gauza onuragarri edo ederrekiko estimu falta pairatzen dituzte. Gaixotasun kutsakorra da hau, eta asmo espiritualak dituzten guztiek kontuz ibili behar dute eta askatu egin behar dute beren bizitasuna etengabe bizirik mantenduz eta immunitatea sendo mantenduz, pentsamendu positiboaren, ikuspegi baikorraren eta lan .osasuntsu eta emankorraren bidez indigestio espirituala

Hau ausazko (irenste) ondorioz gertatzen da, hau da, izen distiratsuekin erregistratutako eta xarlataneriaren eta sorginkeriaren artean esperientzia duten "mediku espiritualek" liburu eta ikasgai espiritual faltsuen moduan aurkeztutako prestatutako psikodrogen kantitate handiak .azkar irenstearen ondorioz

Gaixotasun honek ez du egia jakiteko gose espiritual
hiltzen bakarrik, baita ona eta txarra, onuragarria eta
.kaltegarria bereizteko gaitasuna ere suntsitzen du
Ideia teologikoak etengabe irensten dituenak eta
eskuetara erortzen zaion guztiaz elikatzen denak ez du
gehiegi jango bakarrik, baizik eta ideia pozoitsuak eta
erabilgarriak ere kontsumituko ditu, indigestio intelektuala
.eta, beraz, heriotza espiritual motela ekarriz

Hainbat ideia espiritual eta filosofiko gehiegi eta
etengabe aztertzeak, haien baliozkotasuna ziurtatzeko
norberaren esperientziaren bidez digeritu eta aztertzeko
ahaleginik edo bereizketarik egin gabe, azkenean zalantza,
apatia eta mesfidantza sortzen ditu printzipio eta lege
.espiritual guztietan

.Pasioa eta obsesioa

Gaixotasun honek jota daudenek bizitza alferrik galdu
eta zentzurik gabea bizi dute, diru eta denbora gehiegi
dutelako, eta helbururik eta bizitzaren ulermen egokirik ez
.dutelako

Pertsona hauek beren desioek bultzatzen dituzte;
bururatzen zaien eta atsegin ematen dien guztia egiten
dute. Beren bizitzak eleberri merkeak eta hutsalak, film
sentsazionalak eta entretenimendu azaleko eta
zentsugabeak betetzen dituzte. Ez dira konturatzen
gaixotasun arriskutsu honek jota daudela shock larri bat edo
.nerbio-krisi bat izan arte, hau da, kaltea egin ondoren
buruko hotza

Egoera honek beste izen bat du: etsipena. Pertsonak ez
daki inoiz noiz joko duen eta bere sintoma gogaikarriak
jasango dituen, hala nola etsipena, intolerantzia, antsietatea
eta pazientziarik eza. Are okerrago, askotan luzea izaten da,
eta biktimek erraz errepikatzen dute, nahiz eta azkar
.sendatu direla uste izan
Katarro psikologikoa

Gaixotasun hau munduko kezka kronikoetan
murgiltzeak eragiten du. Gaixotasun hori jasaten dutenek
normalean beren borondatearen arma erabiltzeari uzten
diote eta, beraz, pasiboki eta otzantasunez men egiten diete
beren etengabeko beldurrei, ausardiaz aurre egin eta
.hautzaroan ezabatu beharrean

atxikimendu psikologiko anormala
Gaixotasun honen biktimek zorientasunaren bilaketan
aldebakarreko bihurtzen dira. Zorientasuna aberastasuna
metatzean, ospea lortzean edo osasuna edo boterea
edukitzean datzala sinetsita, dena sakrifikatzen dute:
osasuna, ospe ona, lasaitasuna, ohorea eta duintasuna,
beren anbizio sutsuaren aldarean. Beranduegi konturatzen
dira bizitza orekatu batek, naturaren legeak eta Jainkoaren
aginduak errespetatzen dituenak, eta jarduera
lasaitasunarekin harmonizatzen duenak, bakarrik ekar
dezakeela benetako zorientasuna eta bizitza noble baten
.helburua bete dezakeela

Osasungaitzak diren atxikimendu-nahasmenduak
jasaten dituztenak irrika neurrigabearen pentsamenduek
irensten dituzte, eta horrek bizitzaren ikuspegi distortsionatu
eta okertua izatera eramaten du. Adibidez, negozio-gizon
batek arrakasta handia lortu eta fortuna bat bildu zuen,
baina bere aberastasunaz gozatu aurretik, nerbio-krisi bat
izan zuen kezka eta beldur izugarriengatik, eta bihotz-
.hautsirik hil zen

Beste batzuek uste dute dena dela zilegi helburua
lortzeko. Nahasmen horren ondorioz, benetako helburua
galtzen dute eta ez dute gogobetetasun txikiena ere lortzeko
aukerarik, nahiz eta irrikatu dituzten gauzak izan, giza izaera
zabala eta alderdi anitzekoa baita eta garapen orekatua
.behar baitu maila guztietan

Itsuki atxikimendu espirituala

Sinesmen jakin batzuei buruzko fanatismo oker hau iritzi

eta ideia zehatzei zalantzan jarri edo aztertu gabe atxikitzetik dator, eta horrela gaixotasun honek jotakoengan haserrea eta etsaitasuna sortzen ditu edozein ideia espiritual sendo edo pentsamendu ireki eta askatuarekiko. Isolamendu honek Jainkoaren legeen aurkako matxinada dakar, eta lege horiek eraginkortasun intelektualean, ongizate materialean, osasun mentalean eta fisikoan, eta jatorri guztietako pertsonenganako maitasunean eta errespetuan agertzen .dira

Printzipio espiritualak txertatzea

Gaixotasun fisikoak ukigarriak, mingarriak eta desatseginak direnez, aktiboki haiei aurre egitera bultzatzen gaituzte, hainbat metodo terapeutikoren bidez gaintitzen saiatzera eramanez, ariketa fisikotik eta elikadura osasuntsutik hasi eta botika eta sendagai desberdinetaraino.

Hala ere, gaixotasun psikologikoak, gizakiaren min eta beldur guztien erroa izan arren, ez dira behar bezain premiaz prebenitzen edo tratatzen, eta gure bizitzetan hondamena .eta suntsipena eragiten uzten zaie

Hezitzaileek, gorputz-hezkuntzako irakasleek, predikatzaileek, erreformatzaileek, medikuek eta legegileek aurrerapena bultzatu ahal izango dute lehenik ikasten dutenean, beren buruarekin hasita, eta gero besteei irakasten dietenean giza izaera modu orekatu eta harmoniatsuan lantzeko modu zuzenak, bizitzaren legeekin eta existentzia osasuntsu baten printzipioekin bat etorriz.

Hau da mundu osoko jendeak behar duen hezkuntza .benetan eraginkorra eta giza kultura integrala Hezkuntza-erakundeek ezinezkotzat jotzen dute oinarri

espiritualak eskola publikoetan irakastea, printzipio horien eta hainbat doktrina erlijiosoren arteko nahasmenagatik.

Hala ere, erakunde horiek bakearen, maitasunaren, zerbitzuaren, fedearen, adimen irekiaren eta besteen onarpenaren printzipio unibertsaletan zentratuko balira —

hauek konstante espiritual sendoak baitira— eta printzipio horiek haurren gogo eta arimen lur emankorrean txertatzeko metodo praktikoak garatzeko balituzte, ustezko eta irudikatutako zailtasun honi irtenbide arrazoizko eta onargarri bat aurki liteke. Akats larria da gai hau alde batera .uztea, harekin lotutako itxurazko zailtasunengatik soilik Unibertsitateko lizentziadun gehienak unibertsitatetik ateratzen dira burua hain astun eta puztuta liburuaren edukiagatik, ezen ia ezin baitira bizitzako bideak zeharkatu, beren borondatea eta autokontrola ia paralizatuta baitaude utzikeriak eta erabilera ezak. Horregatik, arduragabetasunez eta okerrera egiten ikusten dituzu, ezkontza desberdinen amildegira erortzen, beren sexualitatea gaizki erabiltzen, diruaren atzetik eta beren karreretan huts egiten, akademikoki zorrotzutako adimenaren labana zorrotza behar bezala erabiltzen ikasi ez dutelako. Ondorioz, beren burua .mozten dute eta kalte egiten diote beren buruari Bitxia bada ere, gazte askok gustuko dute azkenean kaltea eta mina ekartzen dizkieten jardueretan parte hartzea. Batzuek lapurreta eta bestelako gaiztakerietara jotzen dute, baita ekintza kriminalak ere, inolako mugarik edo disuasiorik gabe. Gizartean bizioak zabaltzea eragozten ez dutenek batzuen jokabide okerrak sustatzen dituzte. Kontzientzia eta benetako fedea duen pertsona orok adibide ona izan beharko luke besteentzat osotasunari, zintzotasunari, duintasunari eta autoestimuari dagokionez. Eskola, institutu, unibertsitate eta gizarte-erakundeek ez dute metodo zientifiko nahikorik eskaintzen delitua murrizteko, haren erroko kausak jorratuz, eta hauek batez .ere buruan aurkitzen dira Bizitza zoriontsu eta arrakastatsu baten artea irakasteko, norberaren potentziala garatzeko eta norberaren gaitasunak hobetzeko eskola bereziak ere sortu beharko .lirateke

Eskola horiek lorategi eta parkeen antzekoak izango
dira, non gazteen adimenak hazten eta loratzen diren.

Hezitzaileak arretaz hautatu behar dira eta gurasoen eta
komunitatearen lankidetzaz izango dutela ziurtatu behar da.

Eskola hauek pertsonak modu eraginkorragoan eratzten
lagunduko dute. Kontuan izan behar da pertsona baten
hasierako etapetan elikadura espiritualak zehazten duela
.haren osasuna eta geroago hazteko gaitasuna

Gaur egungo eskoletan erabiltzen diren prestakuntza
mental eta fisikoaren metodoak onuragarriak dira zalantzarik
gabe, baina oinarri espiritualik ez dute. Izaera
bertutetsuaren garapenik gabe, hazkundera osatu gabea
.izango da

Garapen fisiko, mental eta espiritualaren zientziak
gazteei irakatsi behar zaizkie, oraindik adimen samurra eta
malgua dutenei eta oraindik botereak modu jakin batzuetan
.bideratu ez dituztenei

Prestakuntza integrala egin ondoren, eskola horietako
ikasleek etengabeko azterketa hausnarkorrak egin beharko
dituzte, eta lortutako ziurtagiriak osasun ona, ospe ona,
eraginkortasuna, aberastasun materiala eta espiritual,
.zoriontasuna, arrakasta eta autokonfiantza izango dira
Lurreko bidaia honen amaieran egingo den azken
azterketaren emaitzak bizitzan zehar azpi-azterketetan
lortutako lorpen eta ziurtagiri mental eta espiritualen batura
.orokorraren arabera zehaztuko dira

Azken proba handi honetan bikain egiten dutenek
autosufizientziaren ziurtagiri sakratua eta kontzientzia libre,
.garbi eta alaia jasoko dute

Eta arimaren orrialdean betiko idatzitako bedeinkapenak

Sari arraro hau ez da sitsek ukituko

Eta lapurren eskuek ez dute iritsiko

Edo denborak ezabatuko du

.Pasaporte gisa balioko du

Zuzen Taldeko ohorezko kide izateagatik

Non dago zoriontasuna?

Jainkoak, bere erruki absolutuan, bere poza eta inspirazioa ematen dizkigu

Eta benetako bizitza ematen digu

Benetako jakinduria

Eta benetako zoriontasuna

Benetako ulermena gure bizitzako esperientzia anitzen bidez dator

Baina Jainkoaren aintza arimak bizi duen bake espiritualean eta adimenak Harekin harmonizatzeko egiten duen ahalegin sutzuan bakarrik agertzen da. Han, egiaren aurrean gaude aurrez aurre. Kanpoan, ilusioak izugarri indartsuak dira, eta oso gutxik ihes egin diezaioke kanpoko ingurunearen eraginari. Munduak bere konplexutasun amaigabeekin eta proba kontaezinekin jarraitzen du. Jainkoaren ahotsa bizitzaren itxuren atzean dago, etengabe dei egiten digu eta loreetatik, idatzietatik, gure kontzientzietatik eta bizitza bizitzeko modukoa egiten duten gauza eder guztien bidez hitz egiten digu.

Zenbat eta gehiago jarri arreta kanpoko gauzetan, orduan eta gutxiago bizi dezakegu barne-aintza; eta zenbat eta gehiago begiratu barrura, orduan eta kanpoko zailtasun gutxiago izango ditugu aurrean. Ekuazio konstante bat da. Baina jende gehienak ez du egia hau konturatzen munduko laguntasunaren, bizi diren gizartearen eta ohitura osasungaitzen eraginagatik. Gizarteak pertsona gainazaleko gaian murgilduta eta kezkatuta mantentzen du, egia sakonagoak hausnartzea eragotziz.

Leku espiritualak ere bisitatzen dituzte batzuek, haien giro bedeinkatuaz baliatzeko benetako gogorik

gabe, beraz, ez dute ezer aipagarrik lortzen bisita horietatik.

Jainkoa ikusi nahi duenak nonahi aurkituko du Giza ohiturak suntsitzaileak, harrapariak eta gosetiak dira; suntsitzen, hondatzen eta deuseztatzen dute Gizateriak duenarekin zoriontsu eta pozik izaten ikasteko garaia da Ez dugu ezer gehiago desiratu behar guregana iristen dena baino Jainkoa eskuzabala da; badaki zer behar dugun eta garaiz ematen digu Horrek ez du esan nahi Jainkoarengan konfiantza izan behar dugunik ahaleginik egin gabe Batere ez Horrek esan nahi du gure ahalmen guztia egin behar dugula eta gainerakoa Jainkoaren esku utzi behar dugula, hark ez digula inoiz behar eta merezi duguna kenduko

Betiko zoriontsu izateko modurik onena Jainkoaren presentzia sentitzea da. Gure desiorik handiena Jainkoa ezagutzea eta Harekin egoteko erabakia hartzea izan beharko litzateke. Jainkoa izan behar da gure pentsamendu eta sentimenduen lehentasun nagusia, eta gure bizitzako zutabe sendoena eta finkatuena dela kontsideratu behar dugu.

(Beraz, eutsi gogor Jainkoaren sokari, babesa bilatuz Harengan)

Beste zutabe guztiek huts egiten badizute, bera baita zutabea.

Konturatu naiz bizitzaren helburu bakarra Jainkoa ezagutzea dela. Badira Jainkoa aurkitzea bizitzaren azken helburua dela konbentzitura ez daudenak. Baina inork ezin du ukatu bizitzaren helburua zoriontasuna aurkitzea dela. Eta konfiantza eta ziurtasun osoz diot Jainkoa zoriontasun gorena dela. Zoriontasun gorena da. Maitasun absolutua eta unibertsala da. Harekin harmonian daudenen arimak inoiz uzten ez dituen betiko poza da. Beraz, zergatik

ez gara ahalegintzen zoriontasun perfektu hori lortzen? Inork ezin digu eman. Etengabe landu eta zaindu behar dugu geure baitan. Naturaren indarrek nekaezin saiatzen dira jendeari munduko plazerrak emateko, baina plazer labur horiek, azkenean, damua, samina eta atsekabea eragiten dute. Dena duela dirudien pertsonarik zoriontsuena ere, agian ez da benetan zoriontsu izango. Ez dira luzaroan pozik egongo lurreko gauzekin, gauza horiek ez baitute beren benetako egarria asetzen edo beren gose espiritualak asetzen.

Jabetza materialek bake faltsu eta aldi baterako gogobetetze sententzioa baino ez dute eskaintzen. Mundua, oro har, nahasmenean eta kaosean murgilduta dago, gerra sortzen duten desio bereko eta zikoitzek bultzatuta. Beste ezerk ez du gerra sortzen.

Bizitzaren borrokan benetako heroia bere burua konkistatzea eta bere desirak gainditzea da. Dirua, ospea, lizunkeria eta printzipio honen aurka doan guztia kaltegarriak dira gure bakearentzat eta zoriontasunerako. Jendeak beti bizitzaren benetako balioetan pentsatzen ikasiko balu, bilatzen duten zoriontasuna aurkituko luke, baina beren helburutik aldentzen dira eta lurreko desioen korranteak eramaten ditu. Ohartu naiz ez dagoela inongo tentaziok niretzat aukeratu eta jarraitu dudak bidetik desbideratu nazakeenik.

Jainkoak eman didan boterearekin milaka pertsona xarma ditzaket, baina bide hori kaltegarria izango litzateke niretzat. Nolanahi ere, ez ditut milaka pertsona xarmatu eta haien gogoak liluratu nahi. Jainkoarengan tinko dauden dizipulu zintzoak ikustea besterik ez dut nahi. Jainkoa maite dutenek ideia hauetaz gozatuko dute, eta grina mantentzen

dutenek Jainkoaren bedeinkapenak eta presentzia sentituko dituzte irakaspen hauen bidez.

Ezinezkoa da pertsona batek Jainkoa engainatzea, beti presente baitago, badakielako zer dagoen haien buruan eta zer desiratzen duten Mundua uko egiten diotenean eta harmonia espiritualala irrikatzen dutenean, Jainkoa etorriko zaie. Desira hori bilatzen duenaren bihotzean errotzen denean, Jainkoa bihotz horretara etortzen da eta ontasunez eta bedeinkapenez betetzen du. Bizitzeko moduko gauza bakarra Jainkoarekin harmonian egotea eta haren faborea lortzea da. Harmonia hori betiko itun bat eta hautsiezina den promesa izan behar da (Jainkoaren ituna betetzen dutenak eta hausten ez dutenak).

Denek nahi dute besteek baino aberastasun gehiago. Eskuratzen dutenean ere, asegabe jarraitzen dute, beste norbait aberatsagoa dela deskubrituz. Jendea auto-eragindako miseria-zulo batean bizi da, bere desioek bultzatuta. Daukagunarekin konformatu behar dugu. Jabetza materialek ez dute zoriontasuna ekartzen; aitzitik, antsietateak, kezkak eta beldurrak areagotzen dituzte askotan.

Jainkoarenganako bidea da biderik errazena eta sinpleena, baina gutxi dira erlijio-erritu eta formalitate ugari izan arren. Hobe da gure bihotzak Jainkoarengana jotzea eta guretzat onena eta iraunkorra dena eskatzea. Egia esan, Jainkoa gure zain dago, gaitzetik eta arriskutik urrun eduki nahi gaituelako. Berarekin nahi gaitu bihotzean eta gogoan, mundu honetako ondasun merkeek ezin baitute gizakiaren irrika ase edo barne-barnean sentitzen dugun hutsune espiritualala bete. Jainkoa beti ari zaigu hitz egiten, baina gutxik entzuten dute bere ahotsa. Ahots lasai hori askotan pentsamendu zaratatsuen eta desio agerikoen zalapartaz itotzen

da. Baina pentsamenduak baretzen direnean eta desioak baretzen direnean, Jainkoaren ahotsa argi entzuten dugu, isila eta ahula izan arren. Egia esan, Jainkoak dena egiten du gizateriari laguntzeko, ateak irekiz eta bideak argituz, nondik pausoa eman behar dugun ikus dezagun, estropezu egin edo irristatu ez gaitezen. Baina jende gehienak ez du egia hau konturatzen.

Ez dut nahi jendeak pentsatzea ezagutza lor dezakeenik besteei entzunez edo liburuak irakurriz soilik. Irakurtzen eta entzuten dutena aplikatu behar dute. Gurtza-lekuetara joatea etxean geratu eta txorakeriak entzutea baino hobea da. Baina gurtza-lekuetan ere, Jainkoaren presentzia sentitu behar da bihotzean eta nola bizi jakin. Eztanda emozionalak eta analisi arrazionalak ezin digute eman gure arimak eskuratu nahi duen ezagutza.

Jainkoari amore ematen diogunean eta desio berekoiei agur esaten diegunean, eta Jainkoa beti gurekin dagoela ziur gaudenean, gure arimetan bizi dela eta pentsamendu eta sentimendu on eta nobleekin inspiratzen gaituela, zoriontasuna eta askatasuna izango ditugu, eta jakinduriaren egunsentia ikusiko dugu arimaren horizontean.

Imajinatu! Hamarkada batzuk barru, gure existentzia bera amets bat izango da, eta orain egiten dugun guztia amets horren parte bihurtuko da. Gizateriaren pertsonaia handienak ere giza kontzientziaren irudi hutsak bihurtuko dira. Baina pertsonaia handi horiek beren azken helburua lortu zuten, maila gorenera iritsi zirelako eta espirituz bizirik jarraitzen dutelako, gertatzen ari den guztiaz guztiz jabetuta eta kontziente, jainkozko kontzientzian batuta baitaude. Haien pentsamenduen eta irakaspenen bidez haiekin harmonizatzen saiatzen

den edonork, ezinbestean, haien presentzia sentituko du, haien bedeinkazioak jasoko ditu eta sakonean jakingo du benetan haiekin batasunean daudela.

Bizitza amets handi bat da. Hala ere, zure gorputza orain begiratzen duzunean eta bizitzaz beteta ikusten duzunean, amets horren errealitateaz guztiz konbentzitzen zara. Zoriontsu izateko gauza hau edo hura eskuratu behar duzula uste duzu. Baina zenbat desio bete arren, ez duzu zoriontasunik aurkituko horien bidez. Zenbat eta gehiago eskuratu, orduan eta gehiago nahi da. Desioak iragazi eta bizitza sinplifikatu behar dira erosotasunean, lasaitasunean eta barne-poztasunean bizi nahi bada.

Eskriturek diote beti barrurantz (arimarantz) desioak dituen pertsona barne-bake handiko pertsona dela. Horretan, itsasoaren antzekoak dira, inoiz aldatzen edo gutxitzen ez dena, etengabe bertara isurtzen den urez beteta geratzen dena. Baina bere bakearen urtegian desio-zuloak sortzen dituen eta ur biziak isurtzen eta alferrik galtzen uzten dituen pertsonak ez daki ezer bake espiritualaz eta barne-zoriontasunaz.

Jainkoa ezagutzen dutenen gidaritza behar dugu, Harekin komunikatzeko eta haren presentzia kontzienteki sentitzeko gaitasuna dutenen gidaritzapean. Profetek eskatu digute Jainkoa barne-bakean bilatzeko, arimaren bakardadean, non espiritu leialak eta poz espiritual gorena dauden. Indiako irakasle argituek ere ideia hauek babesten dituzte eta meditazio sakonaren garrantzia azpimarratzen dute arimaren sakonean Jainkozko Nia hautemateko.

Existitzen den guztia Jainkoaren gogoak zuzendutako uhin-bibrazio bat da. Bibrazio adimentsu hau Espiritu Santua edo Espiritu leiala da, eta harekin

otoitzaren eta meditazioaren bidez komunikatu daiteke.

Zure arimaren isiltasunean eta zure gogo fokatuaren basoan, Absolutuarekiko eta Infinituarekiko maitasun harremana amaigabea da. Baina zaila da Jainkoa aurkitzea lehenik dirua bilatzen badugu. Jainkoa gure bizitzaren parte bihurtu behar dugu, eta orduan izango dugu bizitza honetan behar dugun guztia. Jainkoa bere bihotzean leku iraunkor bat egiten duen edonori, Jainkoak lurraren eta zeruaren bedeinkapen ugari emango dio, eta jakinduriaren eguzkiak distiratzen duten horizonte zabalak irekiko dizkio aurrean, haien bideak argituz eta inguruko iluntasuna uxatuz. Jainkoa maitale betierekoa da, eta ez dago zoriontasunik gizateriarentzat Jainkoa maite dutenak maite dituzten bezala maitatzen ez badute behintzat, Jainkorik gabe, ez genuke maitasunaren funtsa ezagutuko, ezta haren gozotasuna dastatuko ere.

Gure borondatea erabiltzen eta gure adimena Jainkoa bihotz osoz bilatzeko bideratu ikasi behar dugu. Giza ekintzak desioek agintzen dituzte, eta ohitura hauek etengabe behartzen gaituzte egin nahi ez duguna egitera. Egia esan, gizakia bere etsaia da, ez daki geldirik egoten, ezta Jainkoari denborarik eskaintzen ere, baina zoriontasuna eta Paradisura sartzeko bermea nahi ditu atzerapenik gabe. Esperientzia sakratua ezin da lortu liburuak irakurriz, sermoiak entzunez edo ekintza onak eginez soilik. Zalantzarik gabe, hauek guztiak onuragarriak dira, baina ez dira nahikoak. Jainkoarengana iristeko kontzentrazio zorrotza eta hausnarketa sakona behar dira.

Jainkoaren faborea bilatu behar dugu lehenik Ezin ditugu guztiak atsegin eman, hori ezinezkoa baita

Saiatzen naiz inor ez iraintzen Ahal dudana egiten dut, eta hori da egin dezakedan guztia Nire helburu bakarra Jainkoa atsegin ematea da Nire eskuak erabiltzen ditut apalki haren aurrean otoitz egiteko, nire oinak nonahi bilatzeko, eta nire burua harengan pentsatzeko eta haren mirariak hausnartzeko Jainkoak lehen lekua izan behar du gure bihotzetan, bake, maitasun, ulermen, adeitasun, erruki eta jakinduria gisa bizi dezagun Hau, eta ez beste ezer, da lekuko izan eta zuei hitz egitera etorri naizena

Hausnarketaz gain, konpainia ona izan behar da. Ez dugu jendearen atzetik ibili behar, Jainkoaren atzetik baizik. Pentsamendu hauetan onura aurkitzen baduzu, kontsideratu Jainkoaren bedeinkapena, meritu guztia berarena baita. Partekatu itzazu besteekin, zuk aurkitzen duzuna aurki dezaten. (Eta zure Jaunaren faboreari dagokionez, hitz egin horri buruz). Eta ez ahaztu egunero norbaiti laguntzea zure gaitasunaren arabera. Poltsikoan dirua dudan bitartean, ez diot emateari utziko, nire iturri agortezina eta etengabe jariakorra Jainkoa baita.

Azkenik, Jainkoa ezagutu behar dugu handiek ezagutu zuten bezala. Hau posible da hausnarketaren eta ahalegin pertsonalaren bidez.

Behin, ermitatik kanpo nindoala, nire irakasle handiaz, Sri Yuktiswarrez, pentsatzen ari nintzen, urte batzuk lehenago hil baitzen. Beraren irrika izugarria sentitu nuen eta triste nengoen nirekin ez zegoelako ermitaren edertasunaz eta giroaz gozatzeko. Bat-batean, zerutik agertu zitzaidan eta esan zidan: "Uste duzu leku eder honetaz gozatzen ari den bakarra zarela? Nik ere zuk bezala gozatzen ari naiz!"

Jainkoarekin batasuna nahi duenak eguneroko meditazioaren eta hura maitatzearen bidez

ahalegindu behar du, eta maitasun hori guztiengana zabaldu. Hau da gatazkak saihesteko modu bakarra. Lankidetza espirituala ezinbestekoa da. Benetako espiritualitaterik gabe, ez dago zoriontasun indibidualik edo unibertsalik. Harmonia sakratua da arazo fisiko, finantzario, ezkontide, moral eta espiritual guztien irtenbide bakarra.

Zoriontasuna Jainkoarengandik hurbil sentitzetik dator. Gizateria ezjakintasunaren atzean giltzapetuta dago, eta garaia da lotsagarri den espetxe honetatik askatzeko. Adimena beti Jainkoarengana zuzendu behar da, edozein direla ere zirkunstantziak, eta orduan bake eta poz handia biziko duzu.

Jainkoaren irrika dutenak eta berari eskaintzen diotenak, elkar animatzen eta argitzen dutenak eta etengabe Jainkoa gogoratzen dutenak dira mundu honetako zoriontsuak eta Hurrengo Bizitzaren zoriontasunaren irabazleak.

Bakea izan bedi zurekin

Oihala altxatu eta garbitu egingo da

Gutako bakoitza Jainkoaren irudira egina dago. Bere jainkozko Espiritutik sortu ginen, eta bere esentzia gugan bizi da bere garbitasun, aintza eta zoriontasun paregabearen.

Ondare sakratu hau gotorleku menderaezina da. Pertsona batek bekatari gisa kondenatzea, bekatuaren bideetan trabatuta, bekatu guztien artean handienetako bat da. Izan ere, horrela, babesgabetasunera, etsipenera eta igotzeko eta igotzeko ezintasunera kondenatzen du bere burua. Egia da pertsona batek lege naturalen eta jainkozkoen aurkako ekintzak egin ditzakeela, baina berehala aldatu behar du norabidea eta bide zuzenera jo. Bere izaera puruan,

pertsona tenplu sakratu bat da, eta jainkozko Espiritua bizi
.da haren barruan

Beti gogoratu behar dugu Jainkoak erabat eta
baldintzarik gabe maite gaituela. Baina Harengana
hurbiltzeko edo urruntzeko aukera absolutua eman digunez,
guregana etorri aurretik, bere maitasunaren nahia
.adieraztea itxaroten du

Behin meditazioan zehar bere ahotsa xuxurlatzen
entzun nuen: "Ez nagoela zurekin diozu, baina ez duzu
barrura begiratu. Ez zaitut inoiz uzten une bakar batez ere.
Sartu arimaren tenpluan eta ikusiko nauzu, beti hemen
bainagoelako, zu jasotzeko eta jainkozko maitasunaren
."agurrarekin agurtzeko
Zintzotasun sakona ezinbestekoa da bide espiritualean.
.Garbitasunean eta egian, arimaren egunsentia agertzen da

Gure giza jakinduria ez da ezer Jainkoarenarekin
alderatuta. Harengana hurbiltzeko modu bakarra guri
.ematen digun maitasun garbi bera ematea da
Azkenean, denek aurkituko dute salbazioa, baina bidean
huts egiten dutenak apatiaren amildegian erortzen dira.
Axolagabekeriak eragozten digu Jainkoa orain bertan, une
honetan bertan, aurkitzearen garrantziaz jabetzea.
Espazioan flotatzen ari den gure Lur planeta handia eta gure
giza identitatea ez zitzaizkigun eman hemen urte batzuk
igarotzeko eta gero ezerezean desagertzeko. Aitzitik,
sakonki hausnartu eta existentziaren misterioa ulertzea
dagokigu. Bizitzaren helburua ulertu gabe bizitzea ergela,
tontoa eta denbora galtzea da. Bizitzaren misterioek
inguratzen gaituzte alde guztietatik, eta Jainkoak adimenez
.hornitu gaitu haien irtenbideak aurkitzeko
Maitasun iraunkorraren bilaketan, konturatu nintzen
Jainkoak imajina daitekeen moduguztietan maite ninduela.
.Ama, aita eta lagun gisa maite ninduen

,Lagun guztien gainetik betiko lagun hori bilatu nuen

Eta maitale handi horri buruz, zeina orain aurpegi
atsegin eta maitekor guztietan distira egiten ikusten dudan
Jainkozko lagun horrek ez nau inoiz hutsik egin, ezta inoiz
.hutsik egin ere

Jainkoa existitzen den guztiaren atzean dago. Gure
gurasoak ohoratu eta adeitasunez tratatu behar ditugu,
baina Jainkoa bihotz eta arima osoz maitatu behar dugu.
Harekin lotura bizia izatearen garrantzia aitortu behar dugu,
.denbora gehiago galdu gabe

Lo gaudenean, ez dakigu esnatuko garen ala ez. Lur hau
banan-banan uzten dugu. Baina pentsamendu honek ez luke
antsietatea sortu behar. Hiltzen garenean, lurrean berriro
jaiotzera deituak gaude, bizitza berri bat hasiz, honetan utzi
.genuen lekutik

Bizitza ozeanoaren gainazalean olatuen eraketa eta
desegite gisa ikusten dut. Giza olatua jainkozko ozeanoaren
gainazaletik altxatzen da jaiotzean, eta heriotzan, Jainkoaren
bihotzean atsedean hartzen du. Egia hau ulertu dut eta
badakit ez naizela inoiz benetan hiltzen, gorputza hil arren.
Izan ere, jainkozko espirituaren ozeanoan atsedean hartzen
ari banaiz edo gorputz fisikoan esna nagoen ala ez, bat naiz
ozeano kosmikoarekin. Zoriontasun gorena ezin dela
munduan aurkitu. Aldi berean, ez dugu beharrik basora ihes
egiteko helburuaren bila. Jainkoa aurki dezakegu eguneroko
.bizitzaren oihan honetan, isiltasunaren leizearen sakonean

Gizakiek akats asko egin ditzakete, baina jainkozko
espirituaren irudian moldatuta daude. Jainkoak lurreko
plazerrez osatutako mundu ilusiotsu hau helburu bakar
batekin sortu zuen: gizateriak drama kosmiko bat besterik ez
dela konturatzeko, ilusioak alde batera uzteko eta Jainkoa
bakarrik maitatzeko. Hau da egia, eta ezin da bestela izan.

Zergatik sortu gintuen Jainkoak gure senideak maitatzeko,
banan-banan gugandik alde egiten ikusteko? Gertaera hauek

gertatzen dira Jainkoa dela benetan maite gaituena
.konturatzeko, maite ditugun guztien gaintetik
Bizitza irudi mugikorren segida bat da, baina egia hau
zaila da ulertzea, ilusioak errealak diruditelako eta
errealitateak ilusioak diruditelako. Mundua gure
kontzientziaz desagertzen da gauero lo egiten dugunean,
.agian unibertso fisikoa ez dela errealia uler dezagun
Loaren ikasgai hau ez dator gu beldurtzera, baizik eta
Jainkoaren egiaren irrika pizteko. Ezerk ezin du arima ase
Jainkoak eta haren maitasunak izan ezik. Jainkoaren
Espiritua egia paregabea da. Ez dago ezer irreala denik, eta
errealia dena ezin da irreala izan. Jakintsuek egia distiratsu
.hau ulertzen dute
Gure bizitzako urte asko igaro dira, eta urteak, asteak,
egunak eta orduak baino ez dira geratzen. Zergatik galdu
denbora onuragarriak ez diren gauzetan? Jainkoarekin
konektatu nahi izan beharko genuke egunez eta gauez, eta
guztiz zintzoak izan nahi horretan, bizitzari esleitutako
denbora agortu eta lur hau ezer aipagarriarik lortu gabe utzi
.baino lehen
Une hartan bertan, Jainkoaren argi handia ikusi nuen
sorkuntza guztia inguratzen. Zer poz izugarria! Zer argi
!zoragarria
Jainko maitea, eskerrak ematen dizkizut eta makurtu
egiten zaitut zure presentzia sentitzearen bedeinkapen
.ugariengatik
Bedeinkazioak guztiontzat modu berean, unibertso
egia gorena zarela eta gure azken helburua zarela kontura
.gaitezen, eta horren atzean ez dagoela beste helbururik
Gure bizitzako segundo oro maitatu eta berarekin hitz
egin behar dugu —lanean eta atsedenaldian, mugimenduan
eta geldirik— erregu sakon eta irrika sutsuarekin. Orduan,
ilusioaren beloa altxatzen eta desagertzen ikusiko dugu.
Jainkoa gurekin dago gure bizitzako une oro. Harekin
kontenplatu eta harmonian daudenek loreen

edertasunean, arima onen noblezian, emozio sublime eta nobleetan eta amets ederretan ikusten dute. Azkenean, belodien atzetik aterako da bilatzaile zintzo orori esateko "Denbora luzez egon gara bananduta, zure maitasuna" borondatez eman nahi nuelako. Nire irudira sortu zintudan, eta zure askatasuna erabili eta zure maitasuna zure ".borondatez eman arte itxaron nuen Jainkoari eskatu behar diogu bere maitasun jainkotiarren oparia betiereko eta iraunkorra emateko. Baina nork aurki dezake Jainko maitekor hau ahaleginik gabe? Ahaleginaren % 25 egiten baduzu, gainerakoa Jainkoaren eta zure gida espiritualaren esku dago. Ez dut ezer eskatzen neure buruarentzat, meritu guztia Jainkoarena baita, ontasun eta grazia guztien iturria. Bere grazia lagun zaitzala, bere kontzientzia zurekin izan dadila, eta bere presentziaren ugaritasuna hauteman dezazula zure baitan .eta zure inguruan Jainkoak ez digu berehala erantzuten, zenbat desiratzen dugun erakusteko zalantzak ditugulako. Ez izan beldurrik Harengana hurbiltzeko, baizik eta gurea, gure Maitatua dela kontsideratu behar dugu, eta etengabe bilatu gure pentsamenduekin, ekintzekin, bihotzekin eta gogoekin, eta horrela aurkituko dugu segurtasun eta bake babesleku .handiena existentzia honetan Jauna, arima onen sorta hau eskaintzen dizut, Zure presentziaren tenplua apain dezaten Lagundu arima hauekin, Zure familia eta Zure maiteak direnak Zure izen bedeinkatua abesten dugu Uxatu ezjakintasunaren iluntasuna Zure argi santuarekin Kanpatu gure gogoetako iluntasuna Zure izatearen argi distiratsu eta mugagabearekin Zureak gara, gure egoerak edozein direla ere Erakutsi zeure burua, Maiestate eta Ugaritasunaren Jauna Bedeinka gaitzazu bakoitza Onartu gure irrika pentsamenduen xuxurlak eta gure bihotz maitekorren taupada irrikatsuak Zuri eskaintzen dizkizugu maitasun,

ohore eta irrika guztia, Zu zarelako gure Maitea eta
unibertso honetan dugun guztia
Bedeinka gaitzazu zure graziarekin Hautsi zuregandik
banatzen gaituzten desioen hormak Izan zaitez gure nahi
guztien gainean dagoen jainkozko Erregea Zure aintzaren
argia mundu zabalean zehar heda dadila Bedeinka gaitzazu
guztiok Bete gaitzazu zure presentziaren usainarekin Eta
gero eta gehiago konturatuko gara beti gurekin egon zarela,
.orain gurekin zaudela eta betiko gurekin egongo zarela
Eskerrak ematen dizkizugu Zure hurbiltasunaren irrika
duten eta Zure presentzia irrikaz itxaroten duten Zure
jarraitzaile sutsuei eman diezun grazia eta maitasunagatik.
Espero dugu Zure dizipuluen zirkulua handituko dela, Zure
presentzia bedeinkatua ospatu eta Zure hurbiltasunaz poztu
.ahal izateko

Bedeinka gaitzazu, elkarri gure bihotzak ireki eta gure
asmoak garbitu ditzagun, zure babes eta zaintza merezi izan
dezagun. Ager gaitzazu, barrutik eta kanpotik. Batu gaitzazu
guztiok, eta batasun horren argitan, aitortu dezagun zure
.existentzia paregabea

Gure bihotz batuetako zintzotasunez eta gure arima
harmoniatsuen irrikaz, Zure aurrean ahuspeztzen gara, Zure
laguntza, gidaritza eta gure arimetan Zure presentziaren
.etengabeko kontzientzia bilatuz
Maitasunaren betiko sua piztu dadila gure bihotzetan,
eta senti dezagun zure hurbiltasuna orain eta beti, gure
!Jauna, gure Maitea

Desira gorena eta kapsula mentalak

**Handia da Jainkoaren aintza. Egiaren funtsa da
eta bizitza honetan aurki daiteke. Jendearen
bihotzean otoitz eta erregu asko daude: dirua, ospea,
osasuna... mota guztietako otoitzak. Baina bihotz
guztietan lehenengo eta behin egon behar den otoitza
Jainkoaren presentzia sentitzea da. Bizitzako bideetan**

isiltasunean eta ziurtasunean ibiltzen garen heinean, konturatu behar dugu Jainkoa dela gure asebate eta gure nahiak bete ditzakeen azken helburua, Jainkoarengan baitago bihotzeko irrika guztien erantzuna.

Zure ahaleginen bidez desio bat bete ezin duzunean, Jainkoarengana otoitzean jotzen duzu. Horrela, egiten duzun erregu bakoitzak barneko irrika ezkutu bat agerian uzten du. Baina Jainkoa aurkitzen duzunean, desio guztiak desagertzen dira eta nahi guztiak betetzen dira.

Munduko desirak bizitzaren xedeari buruzko ideia okerretatik sortzen dira Lur hau ez da gure benetako etxea Eskriturek esaten digute Jainkoarenak garela, haren irudian sortuak garela eta haren nahia gure jainkozko jatorrira itzultzea dela Gizateriak ez du konturatzen bere jainkozko iturrira itzultzen ez bada, desio ugari betetzeko borrokan aritu beharko duela Imajinatu! Egia da gizakiek ezin dutela saihestu desioak izatea, eta ez dagoela ezer txarrik horiek edukitzean Hala ere, gizakiaren irrika gehienek Jainkoarengana itzultzeko azken desioa betetzea oztopatzen dute Beraz, kaltegarriak dira gizakiaren zoriontasunerako Gizateriak Jainkoa desiratzen ez badu eta aurkitzen ez badu, zoriontasuna ekarriko diola uste duen edozer gauzaren irrikaz erretzen jarraituko du Baina desio guztien berehalako betetzea automatikoki dator Jainkoa aurkitzen dutenentzat

Bi desio mota daude: Jainkoa aurkitzen laguntzen digutenak eta aurkitzea eragozten digutenak. Adibidez, norbaitek bidegabekeria egiten badizu, mendeku gogoia senti dezakezu. Hala ere, maitasunaren botere altuagoa eta onargarriagoa erabiliz gogo hori gainditzen baduzu, Jainkoa aurkitzen lagunduko dizun tresna bera erabiliko duzu.

Desio guztiak modu noblean bete behar dira, munduko bideetatik betetzen direnean, desioak ugaritzen baitira, arazoekin eta sufrimenduarekin batera. Jainkoari gure desio guztiak eskaintzen ikasten badugu, Hark gure desio onak betetzen eta kaltegarriak eta suntsitzaileak desagerrarazten lan egingo du . Ez dago kontzientzia garbi bat baino babes handiagorik, eta ez dago bizitzaren kolpeen aurkako defentsa hoberik desio noble eta sublimeak edukitzea baino.

Jainkoaren irudi perfektua gure baitan dagoela konturatzen garenean, gure desio guztiak betetzen dira lurreko altxor eta aberastasun guztiak gainditzen dituen kontzientzia sakratu horretan, ez zara astinduko mundu osoa eman arren. Ez laudorioek ez dizute harrotasuna eragingo, ezta erruak ere kalterik egingo, zeren Jainkoaren poza dastatuko baituzu zure baitan, eta hori izango da zure bizitzako kontuan hartu beharreko gauzarik garrantzitsuena.

Lehenik eta behin, Jainkoaren gidaritza eskatu beharko genuke gure desio legitimoak lortzeko ahaleginetan, eta hori da gure otoitz guztien erantzunak lortzeko modurik onena. Baina erreguak kendu behar dira otoitzetik. Otoitz egiteko modu zaharra aldatu behar da, eta Jainkoarengana jo behar dugu konfiantza osoz eta fede irmoarekin, entzuten gaituela eta gure eskaerak emango dituelakoan. Jainkoak ez du nahi gure borondatea uztea —baita berari otoitz egiten diogunean ere—, borondate hori baita bere esku atseginetik jaso dugun oparirik preziatuena, gure sorkuntzatik bertatik guretzat nahi izan duen eskubide sakratua.

Jakina, bereizi egin behar dira arrazoizko eta arrazoizko otoitz eta desioen artean. Gogoratu desioa boterea dela; desio bati heltzen badiozu —ona edo

txarra, onuragarria edo kaltegarria izan— eta egun eta gau horretan pentsatzen baduzu, azkenean gertatuko da. Beraz, kontuz ibili behar da eta saihestu desio kaltegarriak gordetzea, bete egingo baitira eta kalte izugarria eta inbidiaezina den miseria ekarriko baitute.

Denborarekin, konturatuko zara zure desioak betetzen diren arren, zure bihotza hutsik jarraitzen duela, eta barne matxinada biziko duzula. Imajinatu zure digestio-sistema ahula dela, baina janari frijituak irrikatzen dituzula. Noski, mina sentituko duzu jaten dituzun bakoitzean, jaten duzun bitartean sentitzen duzun plazerra izan arren. Eta horrela, akats bat egin duzula sentituko duzu. Jakinduriak agintzen du bereizketa erabiltzea desio onak eta txarrak bereizteko, eta hori lortutakoan, desio oker horiek ez lirateke bete behar. Gizakiek bereizketaren barne-ahalmena dute eta beti erabili behar dute, beren bizitzak kontzientziak aginduen arabera gidatuz, hau da, Jainkoaren ahotsa.

Bete gabeko desioak bihotzean irauten dute. Zer kalte dago bertan gordetzeak? Hona hemen erantzuna:

Desio oro indar espezifiko osatuta dago: ona edo txarra, edo biak. Pertsona bat hiltzen denean — Jainkoak erruki izan dezala berarekin—, indar hauek ez dira hiltzen gorputza deskonposatu eta usteltzen den arren. Aitzitik, arimarekin batera doaz kapsula espiritual kontzentratuen moduan. Pertsona enkarnazio berri batean berriro jaiotzen denean, kapsula edo tableta psikiko hauek joera portaera gisa agertzen dira. Horrela, alkoholiko gisa hil den pertsona batek alkoholarekiko joera dakar berarekin berriro jaiotzean, eta joera hori irauten du

alkoholarekiko irrika gaintitu arte. Honek beste gauza batzuei ere eragiten die.

Haur txikienek ere iraganeko bizitzetatik hartutako ezaugarriak erakusten dituzte. Haur batzuek haserre-aldi larriak izaten dituzte. Beste batzuek, berriz, umore txarra dute. Jakina, Jainkoak ez zituen horrela sortu. Iraganeko bizitzetako ase gabeko desioek joera psikologiko horiek moldatu dituzte, eta, horregatik, arima arraro samarra agertzen da, Jainkoaren irudi garbian sortua izan arren. Jainkoaren irudia desitxuratuta badago pertsona baten baitan bizitza honetan, haserreak, beldurrak edo lizunkeriak eraginda, eta ezaugarri horiek orain gaintitzen ez badira, orduan haiekin berpiztuko dira (edo haiekin berpiztuko dira), joera tamalgarri horien zama eramanez, enkarnazio honetan edo etorkizunean gaintitu arte. Ez dago ihesbiderik haietatik gaintitu arte.

Beraz, hobe da desio guztiak orain betetzea edo konkistatzea

Behin betiko desira horiek kentzeko modurik onena jainkozko poz gorena bizitzea da. Bestela, erreprimitutako desira eta ase gabeko irrika hauek arima jazarri eta torturatuko dute.

Pertsona batek, bereizketaren eta jakinduriaren bidez, konturatu behar du Jainkoak bakarrik eman dezakeela zoriontasun purua eta iraunkorra

Gehienetan, desioak inkontzientean ezkutatuta geratzen dira. Desagertu direla pentsa dezakezu, baina ez da horrela izan; hau bizitzaren misterioetako bat da, eta bera misterio handia da.

Baina misterioa desagertzen da bizitza aztertzen dugunean eta bere esanahia hausnartzen dugunean. Egunero denbora labur batez lasai eseri eta zeure burua aztertzen baduzu, ikusiko zenuke bete gabeko

desio asko dituzula. Desio horiek pertsona batek berarekin eramaten dituen germen hilgarriak bezalakoak dira, edonora joanda ere, bai bizitza honetan bai hurrengoan.

Aurrera egiteko modurik onena bizitza honetako desio kaltegarriak aukera jakintsuen bidez bereiztea eta zure ahaleginak zure desio onak betetzera bideratzea da. Suizidatzeko edo zerbait gaizki egiteko gogo sentitzen baduzu, gogo hori orain uxatu behar duzu. Konbentzitu zeure burua, pentsamenduz eta ekintzaz, jainkotasun txinparta bat duzula zure ariman, eta gogoratu Ahalguztidunaren irudian sortua zarela, eta, beraz, zure izaera fisikoa eta ohiturak gainditzeko boterea duzula.

Luxuei gutxiago lotuta egon eta desioetatik urrundu gehiago, eta bizitzaren borroka irabaziko duzu. Min sendaezina jasaten ari bazara, ahalik eta gehien saiatu kontzientzia fisikotik aldentzen. Bereizmenaren bidez, zentzumenak gainditu ditzakezu. Bereizmen jakintsua desio kaltegarriak eta gose suntsitzaileak erretzen dituen sua da, errauts bihurtuz.

Ohikoa da jendeak etxeko txoko batean gauza zaharrak, higatuak eta beharrezkoak ez direnak gordetzea, eta etxea noizean behin txukundu eta garbitzea. Era berean, zure subkontzientearen txokoan kalte latentea duten desio asko daude, eta egunen batean arazo handiak sor ditzakete behar bezala kudeatzen ez badituzu.

Autoanalisia ezinbestekoa da bide espiritualean. Gorrotagarria, suminkorra edo haserrekorra izan zaitezke. Hala bada, zure kontzientzian gordetako ezaugarri hauek zure iraganeko ekintzen ondorio dira. Zure psikea altzari nahasi eta higatu hauetatik garbitzeko, ekintza positibo eta eraikitzaileekin hasi

behar duzu eta besteekiko maitasuna landu. Zenbat eta gehiago maite dituzun pertsonak, orduan eta gehiago maitatuko zaituzte zu, eta haien maitasuna sentituko duzu. Baina kritikatzan badituzu, zeure buruari ere bai, kritika hori sentituko dute eta anplifikatuta itzuliko dizute!

Demagun etsai zahar bat hil dela, baina oraindik harekin duen gorrotoa eta erresumina gordetzen dituzula. Samintasun horren ondorioz sufrituko duzu, eta bere ondorio kaltegarriak zure gorputzean eta buruan agertuko dira. Hobe da Jainkoaren izenean barkatzea, horrela eginez gero, mendeku-desira gaiztoetatik askatuko zarela, zure bakea suntsitzen eta lasaitasuna apurtzen dutenetatik. Gorrotoa gorrotoaren gainean pilatzeak, edo etsaitasunari gorrotoarekin erantzuteak, ez du zure etsaiaren zureganako etsaitasuna areagotzen bakarrik, baita zure gorputza eta emozioak pozoitzen ere, ondorioz. Beraz, barkatu barkamen eder batekin.

Noizean behin, pertsonak dena utzi behar du bere buruarekin bakarrik egoteko, bizitzaren helburuaz hausnartzeko. Jende gehienak tradizio eta moden korrante batean dabil. Egia esan, ez dute inoiz benetan beren bizitza bizi izan, munduko bizitza baizik. Zer lortu dute, eta non amaitu dute?

Beraz, komenigarria da pertsona batek noizean behin eguneroko kezka eta "betebeharretatik" aldentzea, bere gogoaren nahasmena baretzeko eta haren funtsa ulertzen saiatzeko eta lortu nahi duen helburua zehazteko.

Gogoratu jaso dezakezun testigantzarik handiena zure kontzientziarena dela: zure arimaren ahots nahastezina eta hutsezina. Zure kontzientziak esaten dizuna da benetan nor zaren, apaingarririk edo mozorrorik gabe.

Pentsa ezazu Jesukristoren botereaz, honek esan baitzuen: «Aita, barka iezaiezu, ez baitakite egiten ez dakitena».

Eta pentsatu Profeta handi hark esan zuenean: “Ez al dizuet esango zerk igotzen duen norberaren maila?”. Haiek erantzun zuten: “Bai, Jainkoaren Mezularia”. Hark esan zuen: “Izan pazientzia zurekin ezjakina denarekin, eman zuregandik ezkututzen denari, eutsi loturari zurekin lotura hausten duenarekin eta barkatu zuri bidegabe egiten dizunari”.

Zure kontzientzia argituaren ahotsa entzuteak argia ekarriko dio zure bideari eta bedeinkapena zure bizitzari. Bihotzean desio bat betetzeko gogo handia sentitzen duzunean, erabili zure bereizmena eta galdetu zeure buruari: "Bete nahi duan desio ona ala txarra al da?"

Faktore askok pizten dituzte gizakien desirak Norbaitek auto modelo berri bat ikusten duenean, antzeko bat izan nahi du Estilo berriko etxe bat ikusten duenean, antzeko bat izan nahi du Moda joera berri bat bihurtzen da ezagun, eta jendeak estilo hori erosi eta janzteko irrika du!

Nondik datoz desioak? Orduak eman nituen honi buruz hausnartzen Sailkatu al ditzakezu zure desio guztiak? Guztiak ordenatu eta onak bakarrik gordetzea lortu nuen Eta jainkozko jaunartzea lortu nuenean, konturatu nintzen nire desio on guztiak aldi berean bete zirela Gaur zerbaiten irrika duzu, eta bihar zure arimak beste zerbaiten irrika du Zure gogoa, Jainko Ahalguztidunarengandik sortua, ezin da mundu honetako ondasunekin ase, eta ez da inoiz aseko, zeren, lagun maitea, zure arimaren altxorrik preziatuena eta baliotsuena galdu duzu, zure irrika

**asetzeko eta zure desioak betetzeko boterea duen
bakarra Altxor galdu hori Jainkoa da**

Egia da badirela desio on edo beharrezko batzuk, eta horiek betetzeko lan egin behar duzula. Baina zure desio txikiak betetzen saiatzen zaren bitartean, ez ahaztu lehenik Jainkoarenganako duzun desio handiena betetzea. Desio eta betebeharrak txikiak lehenik bete behar direla dioen ustea ilusio eta engainu bat da. Oraindik gogoratzen dut nire bidaia espiritualaren hasieran atzeratzen nuela eta ez nuela aldizka meditatzen, nahiz eta neure buruari esaten nion denbora hartuko nuela horretarako. Urtebete igaro zen horrela neure buruari agindutakoa ez nuela bete konturatu nintzen arte. Berehala egin nion neure buruari zin bat, goizean egingo nuen lehenengo gauza garbitu eta gero Jainkoarengan meditatzea izango zela. Eguneroko zereginak ugariak ziren garai hartan, eta ez zen erraza horietatik ihes egitea, denbora gutxi batez ere. Horregatik, nire betebeharrak espiritualak lehenik betetzea erabaki nuen. Eta horrela, ikasgai handi bat ikasi nuen: Jainkoarekiko dudak betebeharra lehenengoa da, eta orduan bakarrik arduratzen naiz beste betebeharrak garrantzi gutxiagoko batzuei.

Zergatik ireki behar dizkio Jainkoak betikotasunaren ateak gizateriarentzat, gizateriak beste betebeharrak eta gogoeta batzuk Jainkoaren gaineratik jartzen baditu? Jainkoak hego espiritualak jarri ditu gure baitan eta espirituaren erreinetan hegan egitea espero du. Hego hauek gure irrika espiritualak, gure pentsamendu gorena eta gure iturri jainkotiarra lortzeko dugun irrika zintzoa dira.

Bilatu dezagun Jainkoa lehenik Ez da zentzuzkoa lurreko betebeharrei garrantzi handiena ematea, Azraelek edozein unetan dei baitezake arima, eta

orduan betebeharr, konpromiso, kezka eta obligazio guztiak behin betiko amaituko dira Beraz, zergatik eutsi hain gogor bizitzari?

Pertsona batek segurtasunaz eta lasaitasunaz gozatzen ari dela uste du, baina bat-batean maite duen norbait galtzen du, edo osasuna edo lana galtzen du, eta segurtasuna eta lasaitasuna alferrik galtzen dira!

Zein handia zen nire amarekiko maitasuna! Beti nirekin egongo zela uste nuen, baina bat-batean konturatu nintzen haurra nintzela utzi ninduela! Ez diogu heriotzari beldurrik eman behar, baizik eta prestatu behar izan behar diogu.

Bizitza ez da dirudiena Ez jarri zure konfiantza bertan, aldakorra, engainagarria eta etsipen eta itxaropen hautsiez betea baita Perfekzioa ezin da hemen aurkitu Ez dizuet bizitzaren irudi irreala eman nahi Mundu hau ez da paradisia Jainkozko laborategi bat da, non Jainkoak arimak probatzen dituzten ontasunaren bidez desio gaiztoak gaindituko dituzten eta bera —hau da, Jainkoa— beren desio handiena bihurtuko duten ikusteko, bere erreinura itzul daitezten

Bizitza tragedia eta komedia, hondamendi eta poz mota guztiez gainezka dago Forma amaigabeko tapiz zabala, etengabe aldakorra eta bizia da Ez dago bi gauza berdin-berdin Pertsona ororen bizitza bakarra da Banako bakoitzak ezaugarri desberdinak, pentsamolde desberdina eta desio desberdinak ditu Egunero proba berdinen menpe egongo bagina, nekatu eta aspertu egingo ginateke Paradisuak ere, beti berdina balitz, bere erakargarritasuna galduko luke Barietatea eta aniztasuna maite ditugu Paradisuaren kontzeptu tradizional nagusia guztiz okerra da Benetan aspergarria balitz, Jainkoaren

santuek eta gizon santuek Lurrera itzultzeko otoitz egingo zuten entretenitzeko ! Paradisua etengabe berritzen da modu atseginenean, Lurra, berriz, askotan etengabe berritzen den bitartean, baina modu aspergarri eta desatseginean

Hala ere, bizitza nekagarria eta gogorra izan arren, jende gehienak ohitzen da, bizitzeko beste modurik ez dagoela sinetsita. Bizitza hau bizitza espiritualarekin alderatu ezinik, ez dira konturatzen mundu honen tolesturen artean ezkutatuta dagoen mina eta nekearen neurria.

Egia esan, bizitza ez da erreala. Entretenimendua besterik ez da, ez besterik. Film zaharrak behin eta berriz berrargitaratzen diren bezala, gertaera zahar berdinak ere errepikatzen dira modu ezberdinetan. Eta bizitzaren etengabeko jarraipena izan arren, iraganeko filmetan aurkeztutako gai berdinak bata bestearen atzetik erreproduzitzen dira. Egia esan, historia errepikatzen da, eta pertsonak denboraren museoetako objektu hutsak dira.

Bizitzak bere sorpresak askatzen uztea, pozik, objektibotasunez eta urruntasunez onartzea, emozioek eragin gabe, film bat ikusten ariko bagina bezala. Bihotzez egindako barrea sendabide zoragarria da gizakiaren gaitz guztientzat.

Bizitzari erraztasunez eta erosotasunez heldu behar diozu. Hau da nire irakaslearengandik ikasi nuena. Bere ermitan nire prestakuntza espiritual hasi nuenean, aurpegi triste batekin egiten nituen nire betebeharrak, inoiz irribarrerik gabe. Egun batean, nire irakasleak hau ohartu zen eta esan zuen: "Jainkoak nahi badu, dena ondo dago! Hileta batean zaude? Ez al dakizu Jainkoa aurkitzeak kezkak ezkutatu eta atsekabe guztiak lurperatzea esan nahi duela? Ez hartu bizitza hain serio".

Irakatsi zidan gizakiaren betebeharra dela bere adimena lurreko distrakzio eta arazo guztien gaineratik altxatzea, Jainkoarengan askatasun osoa aurki dezan.

Bizitzako erronkei ausardiaz eta autokonfiantzaz aurre egiteko, oreka mantendu behar da poz eta atsekabeen, irabazi eta galeren, garaipen eta porrotaren artean.

Barne bakea mantentzea, gertaera guztiak gorabehera, da desira engainagarriak gainditzeko modurik onena. Hori ikasi nuen handiengandik, denboraren gorabeherak eraginik izan ez zutenengandik, baizik eta tinko eta aldaezin mantendu zirenengandik amaierara arte. Profetek ere , torturatuak izan zirenean, ez zuten beren kontzientzia sakratua galdu, ezta inori Jainkoaren maitasuna lapurtzen utzi ere. Poztasun espirituala bera babes bedeinkatua da eta gotorlekurik handiena. Proben eta atsekabeen artean, gogoratu Jainkoak eman dizkizun bedeinkapenak. Zure arima Jainkoaren tenplu sakratua da. Ez utzi ezjakintasunaren iluntasunak leku garbi hori zikintzen. Zein zoragarria den kontzientzia espiritualean, ohoratuta, duintasunez, seguru eta bakean egotea! Ez izan beldurrik ezeri eta ez gorrotatu inori. Eman zure maitasuna guztiei. Sentitu Jainkoaren maitasuna eta ikusi haren presentzia pertsona guztiengan, eta utzi zure desiorik indartsuena haren presentzia etengabea izan dadin zure bihotzean. Hau da mundu honetan bakean eta lasaitasunean bizitzeko bidea. Baina zaila da auto-asebetetze hau dastatzea, desioen haize bortitzak bihotzaren oasitik jotzen eta zuhaitzak bortizki astintzen ari diren bitartean.

Pertsona baten inguruneak moldatzen ditu desioak Gure pertzepzio sentensorialetatik jaiotzen dira

**eta pertzepzio horien mugek mugatzen dituzte Landa-
azoka batera joateak zirrara pixka bat izateko nahia
betetzen du, baina mundu mailako erakusketa bat
bisitatu eta erakusleiho desberdin guztiak ikusi
ondoren, azoka txikiak bere xarma eta
erakargarritasuna galtzen ditu Beraz, lehenik
Jainkoarekin batasunaren poza bizi behar dugu, poza
hori lurreko plazer txikiagoekin alderatu ahal izateko
Orduan, desioak izaera altuagokoak izango dira
Desira amaigabea da; desio bat betetzen denean,
beste batek hartzen du bere lekua Baina Jainkoa
aurkitzen duzunean, zure desio guztiak betetzen dira
"Bilatu lehenik Jainkoaren erreinua eta haren justizia,
eta gauza horiek guztiak emango zaizkizue (Eta
Jainkoarengan dagoena hobe eta iraunkorragoa da)"
Beraz, zergatik ez bilatu lehenik desio handiena
betetzea eta Jainkoaren eskuzabaletik onena eta
iraunkorrena jaso?**

**Jainkoak bilatzailearen otoitzari erantzuten
dionean, bere beste desio guztiak berehala eta betiko
beteko dira.**

Batzuek uste dute ez dutela desiorik. Ondo da!

**Ohartu naiz zer gertatzen den jendea merkatura
joaten denean. Baliteke erosteko gogo zehatzik ez
izatea, baina bat-batean zerbaitek arreta erakartzen
die eta pentsatzen dute: "Bai, erosi egin behar dut!".**

**Berehala erosi ez arren, gau eta egun buruan
dute, azkenean erosi arte, dirua maileguan hartu
behar izan arren. Denbora batez gozatzen dute, baina
pixkanaka bere xarma desagertzen da eta
edukitzearen poza gutxitzen da, beraz, beste zerbait
nahi dute, eta abar.**

**Batzuetan norbaitek esaten du: "Ai, diru kopuru
hori eta hori izango banu (edo auto berezi bat edo**

igerileku bat edo)", eta desio hori betetzen den bezain laster, zerbait berriaren irrika sortzen da.

Gizakiaren nahiak berez inperfektuak dira, eta, beraz, ez dira gai jabeen zoriontasun osoa lortzeko.

Munduak Jainkoa aurkitzea dela benetan merezi duen desio bakarra gogoratzea eragozten saiatuko da. Baina egunero gogorarazi behar diozu zeure buruari. Pertsona batek erretzeari uztea, gehiegi jatea uztea, gezurra esatea edo iruzur egiteari uztea erabakitzen duenean, erabaki irmoa izan behar du eta ez du zalantzan jarri behar. Ingurune txarrak borondatea hustu eta ahuldu egiten du, pertsonaren baitan desio faltsuak sortuz. Onena kentzen die eta okerrena ematen die. Lapurrekin bizi direnek uste dute hori dela bizitzeko modu bakarra. Baina jende onarekin elkartzeak adimena gauza altuagoetara bideratzen du, desio faltsuek ezin dezaten pertsona tentatu. Bizitza honetako guztia aldaketa eta gorabeheraren menpe dago. Baina hausnarketa sakoneko edo gai espiritual hutsak aztertzeke eta hausnartzeko une batzuk inspirazio iturri izango dira, bilatzaile sutua engainu eta ilusioen ozeanoaren gainetik eramanez jainkozko kostaldeetara, non "nekeak ez dien ukituko bertan, ezta kanporatuko ere".

(Atsedean handiena prestatu da nekatu direnentzat, eta egia bilatzeko ahaleginik aurreztu ez duenak irabazi du)

Benetako zoriona Jainkoaren irrika izatean eta etengabe Harengan pentsatzean datza. Iraunkortasunez, une bat iristen da non pentsamendu hori hain sendo eta aldaezin bihurtzen den, non ez dagoen gaitz fisiko, mental edo emozional batek zure kontzientzia Jainkoarengandik aldentzeko gai ez den. Ez al da harrigarria Jainkoaren kontzientziarekin

bizitzea, Harengan pentsatuz eta uneoro sentituz, eta Haren presentzia erasoezinaren santutegian geratzea, non ez heriotzak ez beste ezerk ezin duen zure barne bakea lapurtu? (Jainkoaren oroitzapenean sinesten dutenek eta bihotzak atsedean hartzen dutenek. Egia esan, Jainkoaren oroitzapenean aurkitzen dute atsedean bihotzek).

Desira guztien aurrean immune bihurtzen zarenean, betiko presentziaz gozatzen duzu

Bizitza benetan arraroa da, dena alda daitekeelako. Beraz, ez da zoriontasunaren itsasontzia bizitza honetako hondar aldakorren gainean ainguratu behar. Gure denbora igaroko da, eta orain ikusten duguna egunen batean desagertuko da. Aldaketa onargarria da, baldin eta kalte egiten ez badizu. Eta kalte egiten dizunean, bizi duzun barne-nahasmendua mezu bat da zuretzat, ez zaitezen desioek hartu. Jainkozko espirituan seguru zaudenean, denaz gozatzen duzu atxikimendurik edo menpekotasunik gabe. Beraz, Hura ezagutzen ahalegintzea oso garrantzitsua da axola zaienentzat; bestela, bizitza etsipen suntsitzailea izango da, itxaropenak modu izugarrian zapuztuz.

1935ean Indiara itzuli nintzenean, haurtzaroan maite nituen lekuak bisitatzea espero nuen, baina iritsi nintzenean, dena aldatu zela konturatu nintzen. Bizitzako etapa beste modu batera berrantolatu zen. Etsipen eta ezusteko handiena Aykapurren nuen etxe zaharra bisitatu nuenean etorri zitzaidan, non jolasten eta txoriak ikusten egoten nintzen. Gogoratzen nuen guztiarengandik zuhaitz bakarra geratzen zen. Horrelakoa da bizitza! Gauza ezagunak eta maiteak banan-banan desagertzen zaizkigu bistatik. Prest nengoen edozer emateko gure etxea haurtzaroan zen bezala ikusteko. Hala ere, Jainkoak

bete zuen nire nahia, geroago etxea ikuskera batean ikusi bainuen, non igerilekuan igeri egin genuen, eta gero goiko solairura igo, ohean etzan eta mangoak jan nituen, urte asko lehenago egin nuen bezala.

Orain, nahiak arretaz aztertu eta aztertu behar dira, ondo sailkatu, eta onak bakarrik gorde, eta nahi on horiek ere ez dute Jainkoarenganako nahirik garrantzitsuena ito behar.

Desira hori bizirik eta sutan egon behar da, eta ez da desagertzen edo hiltzen utzi behar. Gizakia ilusio handi baten pean dago Jainkoari bere lurreko nahiak betetzeko eskatzen dionean, baina ez dionean eskatzen berari agertzeko. Imajinatu etengabe gurasoei bere eskaerak onartu behar dizkien haur bat, eta bestela ez die haiei buruz galdetzen ezta pentsatzen ere. Hori eskergabetasuna eta haien adeitasuna ukatzea da, eta horretan ikasgai bat dago hausnartzen dutenentzat.

Bizitzaren liburu hau aplikatzen denean, lurreko egonaldian eskuratutako ezagutza espiritualak bakarrik lagunduko digu. Beraz, Jainkoa beti presente egon behar da gure gogoan, etengabe deituz eta inoiz ahaztuz, norberaren etorkizun espiritualaz benetan kezkatuta badago. Jainkoarekin batasunean gaudenean, desio guztiak modu misteriotsu batean betetzen direla ikusiko dugu. Baina lehenik Jainkoa bilatu behar dugu. Eskuzabala da eta dena eman digu, baina bere opariekin konformatzen ez garenean, Emailearengana berarengana jotzen dugunean bakarrik aurkituko dugu. Ezagutuko dugu gure bilaketan zintzoak bagara, harengana hurbiltzeko eta bere presentzia bedeinkatua bizitzeko gogo bizia badugu.

Pertsona batek aurkitzen duen oztopo handiena bere burua da. Isil-isilik eseri eta gai espiritualak

hausnartzen saiatzen direnean, bat-batean munduko pentsamenduak sortzen dira, arreta galaraziz eta beren helburua lortzea eragotziz. Beren pentsamenduak eta gorputzak kontrolatzen trebatu behar dute beren burua, eta horrela, paradisu eramangarri bat eramango dute ariman. Bizitzan edo heriotzan, zeruan edo infernuan, zoriontasun goren horrek lagunduko die.

Jainkoari sakon otoitz egin behar diogu, gure irrika handia isuriz, bihotzaren hizkuntzan, arimaren irrikan eta kontzientziaren xuxurlatan galdetuz, entzun eta erantzun diezagun. Baina pertsona batek erdipurdiko otoitz egiten badu eta aldi berean beste zerbaitetan pentsatzen badu —Jainkoak badakien zerbait ez dela pertsona horren kezka nagusia—, ez du erantzungo.

Lehenik eta behin Jainkoa izan behar dugu Orain da ordua Ez dugu itxaron behar, ilusioak boteretsuegiak baitira Bizitza azkar pasatzen da, eta lotsagarria da mundu hau bizitzaren helburua jakin gabe uztea Denbora librea dugunean hausnartu beharko genuke Zure otoitzak hasieran erantzuten ez badira ere, ez etsi Jainkoaren errukiaz, baina jarraitu erregutzen Otoitz egin zintzotasunez eta fidatu zure otoitza erantzungo dela

Nire bizitzan Jainkoaren otoitzari erantzuteko duen gaitasunaren frogarik handiena ikusi dut. Baina erantzun horrek ahalegina eskatzen du, ahaleginik gabe ez baita ezer esanguratsurik lortzen. Meditazioa ezinbestekoa da bizitzaren misterioak argitzeko eta Jainkoaren erreinura sartzeko.

Ohitura txarrek eta bestelako distrakzioek zure ahaleginak zapuzten eta zure erabakia ahultzen saiatuko dira. Baina zoriontsu izan nahi baduzu,

mantendu zure pentsamenduak Jainkoarengana zuzenduta, eta zure ondoan aurkituko duzu.

Lurreko plazerren desirak erakargarri magnetiko bat sortzen du, pertsona lur honetara erakartzen duena, bizitzaz bizitza. Haragira itzultzea ez da beharrezkoa Jainkoarengan beren desirak aurkitu dituztenentzat. Desira bat bete nahi dutenean, horretan pentsatzen dute, eta haien aurrean agertzen da. Nire ama agertu zitzaidan hil ondoren, eta hura ikusteak kontsolatu ninduen eta Jainkoari eskerrak eman nizkion bere ontasunagatik. Egia esan, Bera da Eskuzabalena eta Errukitsuena. Gure desirak betetzen ditu, bere maitasuna eta esker ona erakusteko, gure bihotzetan lehen lekua ematen diogunean.

Pertsona bat Jainkoarengana iristen denean, bizitzaren eta patuaren maisu bihurtzen da. Ez dugu atsedetik hartu behar jainkozko presentzia gure bizitzetan sendo ezarri arte. Berak emango digu irrikatzen dugun guztia eta proban jarriko gaitu.

Bide espiritualean dauden probak eta oztopoak asko eta handiak dira, baina proba horiek igaro eta oztopo horiek gainditzen ditugunean, esan behar dugu: "Jauna, nire otoitzak erantzun eta nire desiorik handienak bete dituzu, beraz, nire bihotza zure presentziaz aberastu da eta nire arima zure argiaz distiratsu dago". Bakea izan bedi zurekin

Altruismoak kontzientzia zabaltzen du

Besteei asmo onak bidaltzen dizkiezunean, zure kontzientzia zabaltzen da. Zure hurkoaz pentsatzen duzunean, zure izatearen zati bat askatzen da pentsamendu horrekin batera. Baina pentsatzea bakarrik ez da nahikoa; .prest egon behar dugu pentsatzea praktikan jartzeko Ezkontza altruismoaren ikasgai bat da Bi pertsonen bizitza elkarrekin partekatzen saiatzen dira Gero seme-alabak agertzen dira, eta gurasoek dutena eurekin partekatzen dute Baina familia hurbilean bakarrik pentsatzea eta inor ez (hau da, ni eta zu edo gu bakarrik) berekoikeria mota bat da Iritsiko da gure maiteek utziko gaituzten garaia; hori da bizimodua. Honek gogorarazten digu gizateriaren azken helburua gure kontzientziaren mugak zabaltzea dela, besteentzat lan eginez eta bizitzaren bedeinkazioak haiekin .partekatuz

Altruismoak bedeinkapen asko eta zoriontasun handia
ekartzen dizkio bere jabeari, altruismoaren bidez norberaren
zoriontasuna mantentzen baitu. Nire helburua besteak
zoriontsu egitea da, nire zoriontasuna haien zoriontasunetik
.datorrelako

Ezin dugu lorpenaren zaporea benetan dastatu gure
zoriona besteekin partekatzen ez badugu. Ez nago familiako
.kideez bakarrik ari, baizik eta pertsona guztiei

Besteengan pentsatu eta ahal dugun guztia lagundu
behar diegu. Horrek ez du esan nahi geure burua pobretzea,
baizik eta besteekiko benetako eta atsegina den kezka
.erakustea eta partekatzeko prestutasuna

Egiaren printzipioak lehenik geure buruari aplikatu
behar dizkiogu Ezin diegu altruismoa besteei irakatsi geure
burua altruistak ez bagara Geure buruarekin hasten bagara,
adibide ona izango gara besteentzat
Nire bizitza besteei zerbitzatzeari eta on egiteari eskaini
diot. Askok bidaiatu dut eta entzuleei hitzaldiak eman dizkiet.

Baina badakit nire idazkien eta irakaspenen bidez
.zerbitzatzeko ditudala besteei hobekien

Jendetza hitzaldiak entzutera etortzen da, ez nahitaez

benetako maitasunagatik. Jendea inspirazio eta
kontsolamendu espiritualaren bila etortzen da. Baina egia
bilatzen duten arimak nahi ditut, Jainkoa maite dutenak.
Horregatik jarri dut arreta, eta jartzen jarraitzen dut arreta,
.Jainkoarengan meditazioaren beharraz

Beren bilaketa espiritualean serio eta iraunkor diren
bilatzaile guztiek arrakasta izango dute, nahi eta arduraz
.aurrera egiten jarraitzen badute

Jainkoa bihotz, gogo, arima eta indar osoz maitatu behar
dugu, eta gure hurkoa geure burua bezala maitatu
Zer esan nahi du Jainkoa bihotz, gogo, arima eta indar
?osoz maitatzeak

Bihotzak sentimendua esan nahi du, adimenak
kontzentrazioa, arimak meditazioan harmonia espiritual

sakona esan nahi du, eta indarrak gure energia guztia
.Jainkoarengana bideratzea esan nahi du
Horrek esan nahi du Jainkoa maitatzea norberaren
sentimendu guztiekin, meditazioan arreta osoa jarriz,
bizitzaren energia edo boterea materiatic espiritura
.birbideratuz eta arreta gorputzetik Jainkoarengana aldatuz
Ezinezkoa da Jainkoa maitatzea kontenplaziorik gabe,
kondenplazioaren bidez bakarrik gauzatu dezakegulako gure
izaera espirituala, betiko eta betiko lotuta dagoen arima
.gisa, Jainkoari bere irudian sortu ziona
Jainkoaren maitasun gorenerako tronua bat eraiki behar
dugu geure baitan Ez dago bizitzan gauza garrantzitsuagorik
Ez dago hura maitatzea, berari buruz hitz egitea eta besteak
hura ezagutzera argitzea baino anbizio handiagorik Ez dut
beste ezer nahi jendeengandik
Plazer bat da nire esperientzia espirituala zinez bilatzen
dutenekin partekatzea. Ez dago Jainkoaz hitz egiteak eta
haren presentzia bizitzen laguntzeak baino poz handiagoa
.ematen didan ezer
Zoragarria da Jainkoa eta haren zerbitzariak maitatzea.
Bera aurkitzen dugunean, haren maitasuna sentitzen dugu
guztiongan. Ez dago unibertsoan maitasunaren indarra baino
.botere handiagorik
Goi-goiko Jauna zeruetan eta ozeanoetan eta nire
kontzientziaren tronuan ikusten dut, nire baitan eta guztion
arimetan presente ikusten dut eta bere sorkuntzako forma
.eta agerpen infinitu guztietan besarkatzen dut
Berekoikeriarik ez balitz, mundua paradisia litzateke
Munduak bere berekoikeria gaiztoa utziko balu,
paradisia ikusiko genuke lur honetan
Gerraren haziak berekoikeria gaiztoaren bihotzean
daude Lehen gizakiek lehenik harrizko makilak erabili
zituzten, geroago arku eta gezi bihurtu zirenak, beren
berekoikeria besteen berekoikeriatik babesteko Geroago,
fusilak eta pistolak asmatu ziren, gero metrailadoreak, eta

ondoren bonbak eta gas pozoitsua, guztiak pertsona talde
.baten berekoikeria beste baten berekoikeriatik babesteko
Gizateriaren potentzial suntsitzailea bere potentzial
eraikitzailea baino gehiago hazi eta garatu da. Irakite gaizto
hau —berekoikeria gaiztoaren irakina— azkenean lehertuko
da. Baina, zoritxarrez, bizitza asko hilko dira gizateria esnatu
eta konturatu aurretik berekoikeria nazionalista ez dela
berekoikeria pertsonala bezain kaltegarria. Nazio bat
funtsean talde txikiz osatuta dago, eta talde horiek
.gizabanakoz osatuta daude; norberarekin hasi behar da
Berekoikeria gorrotagarri honen ondorioz, gerrak pizten
dira, oreka ekonomikoa hausten da, eta atzeraldia eta gero
.depresioa nagusitzen dira
Herrialdeen arteko mugak ez dira finkoak, eta munduko
gobernuak etengabe aldatzen ari dira
Besteen eskubide eta zoriontasuna kontuan hartu gabe
zoriontasuna bilatzen duen berekoikeriak, edo besteen
eskubideak eta interesak bere helburuetarako zapaltzen
.dituenak, pobrezia, atsekabea eta miseria sortzen ditu
Besteen kontura norbera aberastea akats larria da.
Komunismoak, kanpotik jendetzari ugaritasuna eta
oparotasuna agintzen dionak, ez du arrakastarik izango eta
egunen batean eroriko da, koakzioan eta askatasun
pertsonalen zapalkuntzan oinarritzen delako (Oharra:
Hitzaldi hau Paramhansa maisuak eman zuen 1937an, eta
.ondorio hau benetan bete da!)

Jende handiak altruismoa defendatzen du emateko
.zintzotasunezko nahi espiritualean oinarrituta
Pertsona batek eskuetan eta oinetan bakarrik jartzen
badu arreta eta burua alde batera uzten badu, garunak ez
du funtzionatuko trebetasun motorrak gidatzeko. Gorputz-
funtzio guztiak koordinatu behar dira. Era berean, nazio eta
gizarteetako adimenak (erabakiak hartzen dituztenak)
eskuekin eta oinekin (langileekin) koordinatuta lan egin
behar dute, interesak talka egiten badute, ordena hautsi

egingo baita, kaosa nagusituko da eta sufrimendua sortuko
.baita

Bi irakasle daude munduan Jainkoa gidari eta tutoretzat
hartzen duenak ez du ezer beldurtzeko Satanas gidari eta
lidertzat hartzen duenak asko sufrituko du
Bizitza honetako jende gehienarentzat gako-hitza "ni"
da. Joera eta joera espiritualak dutenek besteengan
pentsatzen dute beren buruan pensatzen duten
bezainbeste. Beren buruan bakarrik pensatzen dutenek
ingurukoaren etsaitasuna eta haserrea ekartzen dituzte beren
gain. Baina besteen sentimenduak eta interesak kontuan
hartzen dituztenek ikusten dute besteek beren buruan
pentsatzen dutela eta haien sentimenduak kontuan hartzen
.dituztela

Herri batean ehun pertsona badaude, eta bakoitzak
besteengandik kentzen saiatzen bada, bakoitzak laurogeita
hemeretzi etsai izango ditu. Baina bakoitzak besteak
laguntzen saiatzen bada, bakoitzak laurogeita hemeretzi
.lagun izango ditu

Horrela bizi izan nintzen eta ez nuen ezer galdu besteei
emanez. Izan ere, eman nuen guztia itzuli zitzaidan
Jainkoaren graziaz biderkatuta. Orain ez dut ezeren irrikarik,
nire baitan sakonean daukadana munduak eskain dezakeen
edozer baino handiagoa eta preziatuagoa baita. Pertsona
batek benetan bilatzen duena zoriontasuna da, eta
zoriontasuna lortutakoan, zoriontasunera eramaten duten
.inguruabarrek duten beharra desagertzen da

Ez daukat banku-konturik, mundu honetako nire berme
bakarra jendeak nirekin dituen sentimendu onak direlako. Ez
dut sinesten beste lurreko bermerik. Benetako aberastasuna
.anai-arreben eta lagunen bihotzetan bizitzean datza
Altruistak garenean, zoriontsu bihurtzen gara. Eta
ikuspegi hau hartzen badugu, ingurukoek gure portaeraren
eragina jasango dute eta gu imitatzen saiatuko dira.

Egoismoa ezabatu behar dugu, hau baita banakako eta
.nazioko gaitz guztien erroa

Santua airean altxatuta

"Indiako filosofia yogi baten bizitzan" liburutik

**"Bart gauean Yogia airean metro batzuk gora
zintzilik ikusi nuen"**

**Esaldi interesgarri horrekin hasi zuen nire lagun
Upendra Mohan Chaudhryk bere hitzaldia.**

**Ilusioz irribarre egin eta esan zuen: «Agian bere
izena asmatu duzu: ez al duzu Bhaduri Mahasaya esan
nahi, goiko biribilguneko errepidean bizi dena?»**

**Upendrak baiezkoa eman zuen buruarekin, nahiz
eta pixka bat etsita egon berria ez zitzaidalako haren
bidez iritsi. Nire lagunek bazekiten zein jakin-mina
nuen santuekiko, eta beti pozik zeuden santu berri
bat aurkezteaz.**

**Jarraitu nuen esanez: «Yogiaren bizilekua gure
etxetik oso gertu dago, eta aldizka bisitatzen dut».**

**Nire hitzek interes handia piztu zuten
Upendraren, interesa nabaria baitzen bere
aurpegian, eta gaineratu nuen:**

**"Ekintza miragarriak egiten ikusi nuen. Antzinako
yogako zortzi arnasketa teknikak ⁽¹⁾ menperatu zituen ,
Patanjali jakintsuak jaso bezala ⁽²⁾. Egun batean,
Bhaduri Mahasayak Bhastrika Pranayama egin zuen
nire aurrean, hain indar harrigarriarekin, ezen ekaitz
indartsu batek gela zeharkatu izan balu bezala
sentitu bainuen! Ondoren, arnasaldi bortitz hau
baretu eta geldirik geratu zen kontzientzia goreneko
egoeran ⁽³⁾. Ekaitz honen ondoren sortu zen bake giroa
hain garbia eta ahaztezina izan zen."**

**Upendraren ahotsa sinesgaitzez tindatuta zegoen
esan zuenean: «Entzun dut santua ez dela inoiz bere
etxetik irteten, egia al da hori?»**

Nik erantzun nion: "Bai, hori da egia! Hogei urte daramatza bere etxean giltzapetuta. Hala ere, gure jai santuetan bere buruari ezarritako lege zorrotz honen mugak lasaitzen ditu, eta eskaleak biltzen diren alboko bidetik joaten da, Bahaduri Santua bere bihotz onagatik baita ezaguna".

Esan zuen: «Baina nola geratzen da santua airean esekita, grabitatearen legea desafiatuz?»

Nik erantzun nion: "Yogiaren gorputzak dentsitatea galtzen du pranayama arnasketa ariketa batzuk praktikatuz, eta orduan hegan egin edo salto egin dezake igel baten moduan. Yoga tradizionala praktikatzen ez duten santuak ere airean flotatzen dute Jainkoaren irrika areagotuko egoera sublimetara iristen direnean".

Jakin-minak piztu zitzaion Upendrari begietan, eta esan zuen: «Gizon jakintsu honi buruz gehiago jakin nahiko nuke. Joan al zara haren arratsaldeko bileretara?»

Nik esan nuen: «Bai, maiz bisitatzen dut, eta oso harrituta nago bere umore azkarrak eta jakinduria zoragarriak. Batzuetan nire barreak bileraren solemnitatea zapuzten du. Santua ez da kezkatzen horrekin, baina bere ikasleek haserre begiratzen didate!».

Arratsalde hartan eskolatik etxera bidean, Bhaduri Mahasayaren etxera joan nintzen eta bisitatzea erabaki nuen. Yogia bakardadean bizi zen, beheko solairuan zegoen dizipulu batek zainduta. Dizipulu hau oso zorrotza zen bisitariekin eta galdetu zidan ea hitzordurik nuen bere irakaslearekin. Baina irakaslea berehala agertu zen, begiak distiratsu, eta horrela, bertan kanporatzea saihestu zidan. Dizipuluari esan zion:

"Mukanda nahi duenean etor dadila.

Bakardadearen araua ez da nire erosotasunerako, baizik eta besteena. Munduko jendea ez dago eroso gure zintzotasunarekin, eta horrek haien harrotasuna hautsi egiten du. Santuak ez dira arraroak bakarrik, baita nahasgarriak ere. Eskritura Santuetan ere, batzuetan beste batzuei lotsa eragiten dietela aurkitzen dugu."

Bhaduri Mahasayari jarraitu nion bere goiko solairuko etxebizitza xumeraino, gutxitan irteten baitzen handik. Maisuek, oro har, munduko distira eta glamourra alde batera uzten dituzte jendaurreko bistatik erretiratur. Munduak gutxitan jartzen die jaramonik denboraren annaletan sendo finkatu arte, jakintsuaren garaikideak ez baitira orainaldiaren muga estuetan bizi direnetara mugatzen.

Esan nuen: "Jakintsu handia, ezagutzen dudan lehenengo yogia zara etxean denbora guztian geratzen dena".

Hark erantzun zuen: «Batzuetan, Jainkoak bere santuak ustekabeko lurzoruan landatzen ditu, arau zehatz baten menpe jarri ezin ditugula pentsa ez dezagun».

Santua hankak gurutzatuta eserita zegoen hausnarketan, bere gorputz bizia loto posizioan atsedean hartuta. Hirurogeita hamar urte baino gehiago izan arren, bere gorputzak ez zuen zahartzearen edo eserita denbora luzez egotearen erorketaren zantzurik erakusten. Sendoa eta altua, alderdi guztietan perfektua zen. Bere aurpegiak Eskrituretan deskribatutako jakintsuaren ezaugarriak zituen: buru noblea, bizar betea, beti zutik eserita, begi lasaiak Jainkoaren Presentzian finkatuta.

Santuarekin meditazioan eseri nintzen, eta ordubete igaro ondoren haren ahots leunak esnatu ninduen:

"Askotan geldiune egoeran sartzen zara, baina Jainkoaren benetako kontzientzia izatera iritsi al zara?"

Santuak Jainkoa mediatu baino gehiago maitatzeko gogorarazi nahi zidan, eta honakoa gaineratu zuen: "Ez nahastu bitartekoak helburuarekin, eta ez bihurtu bitartekoak zure helburu".

Mango batzuk eskaini zizkidan, eta bere umore bizkorrarekin, zeina dibertigarria iruditu zitzaidan bere izaera serioa izan arren, esan zuen:

"Jendeak janariarekin bat egiteko duen irrika askoz handiagoa da Jainkoarekin bat egiteko duen irrika baino"

Txiste honek barre algara ozen bat eragin zidan, eta bere begirada maitasunez leundu zen "Zer barre algara!" esan zuenean. Aurpegi serioa zuen, baina irribarre zoriontsu bat zuen. Bere begi handi, loto-itxurakoek, barne-irribarre sakratu bat ezkutatzen zuten.

Santuak mahai gainean zeuden gutun-azal lodi batzuei seinalatu zien, esanez: "Gutun hauek Amerika urrunetik iritsi zaizkit. Yogan interesa duten hainbat elkarterekin harremanetan jartzen naiz. India berraurkitzen ari dira Kolon baino ulermen hobeagoarekin! Pozik nago haiei laguntzeaz, yogaren ezagutza doakoa baita, eguzkiaren argia bezala, hura bilatzen duten guztientzat".

"Gizateriaren salbaziorako jakintsuek beharrezkotzat jo dutena ez litzateke Mendebaldearen mesedetan askatu behar. Ekialdea eta Mendebaldea antzekoak dira espirituz, kanpoko

esperientzia desberdinak izan arren, eta ez dute aurrerapenik eta oparotasunik lortzeko itxaropenik yogaren bide espiritualetako bat praktikatu gabe".

Santuak bere begirada lasaian eutsi zidan, eta orduan ez nintzen konturatu haren hitzak profezia ezkutu bat zirela. Oraindik ere, hitz hauek idazten ditudan bitartean, ez dut ulertu haren itxuraz kaltegabeak diren iradokizunen esanahi osoa, egunen batean Indiako irakaspenak Mendebaldera eramango nituela esanez.

Esan nuen: «Ai, jakintsu handia, zein zoragarria litzatekeen gizateriaren onerako yogari buruzko liburu bat idatziko bazenu!».

Hark erantzun zuen: "Ikasleak hezten ari naiz, ikasleekin batera, usteltzeari, denboraren aldaketa naturalei eta kritikarien interpretazio ez-naturalei eutsiko dieten liburu bizidun bihurtuko direnak".

Bakarrik egon ginen yogiarekin bere dizipuluak arratsaldean iritsi ziren arte, eta orduan eman zuen bere hitzaldi paregabeetako bat. Uholde leun baten antzera, entzuleen hondakin psikologikoak eta hondakinak kendu eta Jainkoarengana eraman zituen. Bere parabola zoragarriak bengalera akatsik gabean eman zituen.

Arratsalde hartan, Bhaduk Mirabai izeneko Erdi Aroko Rajput printzesa baten bizitzaren hainbat alderdi filosofiko aztertu zituen. Printzesak jauregiko bizitza oparoa ukatu zuen santutasunaren bila. Hasieran, Sanatna Goswami aszeta ospetsu batek uko egin zion dizipulu gisa onartzeari emakumea zelako, baina Bhaduk belauniko jarri zuen emakumeak esan zionean:

"Esan iezaiozu irakasleari ez dudala unibertsoan Jainkoa izan ezik gizonezkorik ezagutzen. Ez al gara denok emakumeak haren aurrean?"

(Badago ideia sakratu bat dioena: Jainkoa dela unibertso printzipio positibo eta sortzaile bakarra, eta haren sorkuntza ez dela ilusio negatibo bat baino)

Mirabai poeta bat zen, eta Indiako altxor literarioen artean oraindik ere kontsideratzen diren poem asko konposatu zituen, poz espiritualez beteak. Horietako bat ingelesera itzultzen ari naiz hemen (Mahmoud Abbas Masoudek itzuli zuen arabierazko bertsoetara):

**Gorputza beti garbitzen bada, jakingo da
Lehoi bihurtuko nintzateke itsasoen
erdian**

**Landarea jaten badu, ziur konturatuko da
Harro hartuko nuke ahuntz baten itxura
Arrosarioen kopurua zenbatuko balitz,
badirudi**

**Jainkoa goraipatzen ari nintzen ale
handiekin**

**Idoloek ahozpeztuko balira bakarrik
Mendi eta harkaitzei makurtuko
nintzateke**

**Esnea zurrupatu ahal balitz
Txahal eta gazteek dasta dezaten
Emaztea uzteak ekartzen badu
Milaka berehala kastratuko lirateke
aukeran**

**Hori guztia ez da nahikoa agerian uzteko
Ez, eta ez du inoiz gortina altxatzeko gai
izango**

**Jainkoa baldintza bakarrarekin agertuko da:
Bihotz baten maitasuna eta irrika sua
bezala**

Ikasle batzuek errupiak jarri zituzten Bhaduriren oinetakoan, eta hau ondoan zegoen yoga postura egiten eserita zegoen bitartean. Indian ohikoa den

eskaintza hau errespetu eta esker oneko adierazpen bat da, irakasleak bere ondasun materialak irakaslearen oinetan jartzen dituela adierazten duena. Lagun eskuzabalak Jainkoaren maiteekiko duen zaintza eta babesaren adierazpen bat dira.

Dizipuluetako batek irrikaz begiratu zion maisu agurgarriari agur esanez: "Egiaz, zoragarria zara, Maisu! Aberastasuna eta erosotasun pertsonala alde batera utzi dituzu Jainkoa bilatzeko eta guri jakinduria emateko". (Jakina baitzen Bhaduri Mahasyak familia-aberastasun handia utzi zuela gaztaroan yogaren bidea jarraitzeko erabaki irmoa hartu zuenean).

Santuak erantzun zion: «Baina kontrakoa egiten ari zara!». Irakaslearen aurpegierak errieta leun bat adierazi zuen, eta jarraitu zuen: «Errupia batzuk eta plazer hutsal eta iheskorrak uko egin diet zoriontasun mugagabea eta amaigabea duen erreinu unibertsal baten maitasunagatik. Beraz, nola esan dezakezu ezer gabetu dudala? Mundu honetako ikuspegi laburrekoak dira benetan uko egiten ari direnak! Parekorik ez duen erreinu santu bat uzten dute, lurreko plazer urriak irrikatzen dituzte, ez elikatzen ezta gosea asetzen ere!».

Barre egin nuen aszetizismoaren eta aszeten arteko ikuspegi kontrajarri honekin: batek santu pobrea Kreso baino aberatsago eta ospetsuago egiten duen bitartean, besteak munduko milioidun handienak pobrezia umiliaziotik zer jasaten duten ez dakiten pobre bihurtzen ditu.

Irakasleak bere hitzaldia amaitu zuen fede sendoa eskatuz, esanez: "Jainkozko sistemak gure gaiak kudeatzen ditu eta gure etorkizuna antolatzen du aseguru-etxeek eskaintzen dutena gainditzen duen jakinduriarekin. Mundua kanpoko babes-bideetan

konfiantza jartzen duten pertsona antsietatez beteta dago. Haien pentsamendu mingarriak kopetan dauden orbainak bezalakoak dira. Jaio ginenetik airea eta esnea eman zigun Bakararak badaki egunero bere gurtzaileei bizitzan behar duten guztia ematen".

Ikasketa saioak amaitu ondoren santuarengana bisitatzen jarraitu nuen, eta jainkozko presentziaz jabetzen lagundu zidan isiltasun-ilusio batekin. Egun batean, santua Ram Mohan Roy Road-era joan zen bizitzera , Gurbar Road-eko gure etxetik urrun, bere jarraitzaileek Tajendramath ⁽⁴⁾ izeneko ermita berri bat eraiki baitzioten.

Memoria honetan kontatzera noana goizegi bada ere, Bhaduri Mahasyak esan zizkidan azken hitzak aipatuko ditut hemen. Mendebaldera joan baino lehen, agur esatera joan nintzen eta apalki makurtu nintzen haren aurrean, agurreko bedeinkapena eskatuz. Esan zuen:

"Seme, zoaz Jainkoaren bedeinkapenarekin, eta hartu antzinako Indiaren aintza babes-ezkutu gisa. Garaipena idatzita dago zure kopetan, eta urruneko nobleek ongi etorria emango dizute."

Iturria: Yogiren autobiografia (Indiako filosofia yogi baten bizitzan)

Oin-oharrak

(1) Arnasketa teknika hau pranayama bezala ezagutzen da, eta bizi-indarra edo jarduera (prana) kontrolatzea da, arnasketa prozesua erregulatuz. Pranayama bhastrika ("kanpaia":) adimena lasaitzeko balio du.

(2) Patanjali yogari buruzko antzinako komentatzaile handiena da.

(3) 1928an emandako hitzaldi batean, Jules Bois Sorbonako irakasleak adierazi zuen frantziar zientzialariek goi-mailako kontzientziari buruzko esperimentuak egin zituztela eta haren existentzia onartu zutela. Freuden

kontzeptuan inkontzientearen parekoa zela deskribatu zuen. Goi-mailako kontzientzia honek pertsona bat benetan gizaki egiten duten talentuak eta ezaugarriak hartzen ditu barne, ez animalia eboluzionatu bat soilik. Frantziako jakintsuak argitu zuen goi-mailako kontzientziaren esnatzea "sugestiotik edo hipnositik bereizi behar dela. Goi-mailako kontzientziaren existentzia filosofikoki aitortzen da, eta funtsean Emersonek deskribatutako goi-mailako nia da, zientziak duela gutxi onartu duena". Emersonek bere saiakeran (The Higher Soul) esan zuen: "Gizakia jakinduria eta ontasun guztia dagoen tenplu baten aurpegia da, eta normalean gizaki deitzen duguna: jaten, edaten, landatzen eta kalkulatzen duen gizakiak bere errealitate esentzialaren irudi faltsua ematen du. Baina tresna eta adierazpen den arima, bere pentsamenduen eta ekintzen bidez agertzen uzten badiogu, makurtu egin beharko genuke, orduan izaera espiritualaren eta jainkozko atributu guztien aurrean egongo ginatekeelako".

(4) Bere izen osoa Tajnaramath Bhaduri zen, eta "matematika" hindiz gurtza lekua esan nahi du, askotan ermita edo monasterio bati erreferentzia eginez. "Espazioan flotatzen" zuten santuen artean Cupertinoko San Jose zegoen, XVII. mendeko santua, zeinaren esperientzia apartekoak lekukoek dokumentatu zituzten. San Josek munduarekiko miresmen eta miresmen egoera erakutsi zuen, eta hori, egia esan, Jainkoaren oroitzapena eta Harekin lotura sakona zen. Monasterioko bere anaiek ez zioten uzten mahai komunitarioan zerbitzatzen, portzelanazko platerekin hegan egin ez zezan. Izan ere, santua ez zen gai munduko betebeharrak betetzeko, lurrean denbora luzez egoteko ezintasunagatik! Batzuetan, estatua bedeinkatu bat ikustea nahikoa zen hegaldi bertikalean bultzatzeko, eta orduan bi santuak -gizona eta harria- zeruan zehar hegan ikusten zituen.

Avilako Santa Teresa, goi mailako santu espirituala, gorputz-igoerak kezkagarria iruditzen zitzaion. Hainbat administrazio-betebeharrez beteta, hegaldi-probak geldiarazten saiatu zen, eta honakoa idatzi zuen: "Neurriek ez dute ezertarako balio Jainkoak bestela nahi badu". Santa Teresaren gorpua, Albako (Espainia) eliza batean lurperatua,

lau mendez usteldu gabe egon zen, arrosen usaina zuen, eta mirari ugari egotzi zitzaizkion.

(Mirari hauek Koran Santuan eta tradizio profetiko nobleetan aipatzen dena ere gogorarazten digute, hala nola, Kobazuloko Jendearen istorioa eta Mariari egindako eskaera, bakea izan bedi harekin, palmondoaren enbor lehorra astintzeko, data helduak sasoitik kanpo eror daitezen, eta baita Jainkoak nola hornitu zuen Maria, Surat Al Imranen aipatzen denaren arabera (Zakarias santutegian sartzen zen bakoitzean, bere hornidurarekin aurkitzen zuen. Hau esaten zion: "Maria, nondik dator hau zuretzat?". Hark erantzun zuen: "Jainkoagandik dator"), baita Jurayj gurtzailearen eta sehaskan hitz egin zuen mutilaren istorioa, eta kobazuloan sartu eta haiengandik urrundu ziren hiruren istorioa eta beste mirari batzuk ere).

Borondatea eta ingurunearen eragina

Arazoak eta zailtasunak pertsona batek bere iraganeko ekintzen kontzientzia eza sortzen dira, une eta leku jakin batean egindakoak. Beren egungo sufrimendua esandako pentsamendu eta ekintzetatik dator, kontzientziaren lurzoruan errotu direnak, pentsamendu eta ekintza horien .antzeko fruituak ernetu eta eman dituztenak Jainkoarentzat bakarrik bizi eta lan egiten dut Ez dago lurreko tentaziorik edo ilusiorik ni erakartzeko Jakinduriaren eta ikuspegiaren begiarekin begiratu dut eta engainuaren eta ilusioaren beloak zulatu ditut Zuk ere konturatu behar duzu lurralde honetara egindako bisita aldi baterakoa dela Helburu bakarrarekin zaude hemen: beharrezko ikasgaiak ikasteko eta bizitzan zure bidean gurutzatzen diren guztiei laguntzeko

Goizero Jainkoari eskatzen diot esateko zer egin nahi
duen, eta orduan ikusten dut nire eskuen eta nire gogoaren
.bidez lanean eta dena bere nahiaren arabera doa
Zailtasunak eta atsekabeak ez dira pertsona bat

hausteko edo haren borondatea paralizatzeko etortzen,
baizik eta Jainkoaren handitasuna estimatzera eta haren
legeak errespetatzera, eta horien bidez benetako
zoriontasuna lor dezakete. Jainkoak ez ditu proba gogor
hauek bidaltzen, batez ere gizakiak egindakoak direlako.

Gizateriak behar duen guztia bere kontzientzia
axolagabekeriaren lozorrotik esnatzea eta ezjakintasunaren
.iluntasunetik ezagutzaren argira ateratzea da

Trebatu zeure burua bakea sentitzeko, zenbat eta
gehiago egin hori, orduan eta gehiago sentituko baituzu
.botere hori zure bizitzan

Jainkozko argi horretara jotzen baduzu, zure bidea
argituko duen eta osasuna, zoriontasuna, bakea eta
.arrakasta emango dizkizun botere handiago bat dago
Gehienetan, gure zentzumenek plazer laburrak agintzen
dizkigute, baina azkenean mina eta sufrimendu luzeak
ekartzen dizkigute. Benetako bertuteak eta zoriontasunak,
ordea, gutxi agintzen dute, baina azkenean poz garbi eta
iraunkorra ematen digute. Horregatik uste dut barneko
zoriontasun iraunkorra benetako poztzat, eta aldi baterako
.plazer sentsualak gozamen hutsak direla

Pertsona batek ohitura txar bat badu, gogaitzen duena
eta gauez esna mantentzen duena, ohitura hori eragin edo
estimula dezakeen edozer saihestuz kentzeko aukera du,
hura zapaltzeko ahaleginean bertan zentratu gabe. Hau
zeharkako modu bat da horri aurre egiteko. Baina badago
modu zuzen eta positibo bat ere: norberaren
pentsamenduak ohitura on batera bideratuz eta hura lantzen
saiatuz, bere bizitzako parte bihurtu arte, fidatu eta fidatu
.daitekeen arte

Jokabide oneko pertsonak normalean zoriontsuenak dira. Ez diete inori errua botatzen aurkitzen dituzten arazo eta arazoengatik; horren orde, eurei egozten dizkiete eta beren burua pertsonalki erantzuletzat hartzen dute. Guztiz jabetzen dira inork ez duela haiek zoriontsu edo asaldatzeko ahalmenik, besteen ekintzek, hitzek eta pentsamenduek haiengan eragina izan dezaten uzten ez badute, positiboki .edo negatiboki

Zurrunak diren pertsonak zorigaiztokoak dira.

Sentimendurik gabe daude erabat, harriak bezala. Pertsona batek bere pentsamendu, sentimendu eta ikuspegi guztiekin bizi behar du, eta inguruan gertatzen den guztiari adi eta erne egon behar du, paisaia ederrenen argazki zoragarrienak ateratzeko aukerarik onenak zain dituen argazkilari trebe .baten antzera

Benetako giza zoriontasuna pertsona batek ikasteko eta modu egoki eta errespetuzkoan jokatzeko etengabeko prestutasunean datza. Zenbat eta gehiago hobetu norberak bere burua, orduan eta gehiago laguntzen du inguruko .aurrerapenean eta zoriontasunean

Gutxi dira beren egoera aztertzen dutenak eta aurrera edo atzera doazen erabakitzen dutenak Pertzepzioaz, jakinduriaz eta ulermenaz hornitutako gizaki gisa, gure betebeharririk handiena gure jakinduria eta pertzepzioak behar bezala erabiltzea da, aurrera edo atzera goazen jakiteko. Eta porrotak behin eta berriz jotzen bagaitu, ez .dugu etsi edo itxaropena galdu behar

Porrotak katalizatzaile gisa jokatu behar du, ez oztopo .gisa, gure hazkunde fisiko eta espiritualerako

Porrota da arrakastaren haziak ereiteko urtarorik onena eta egokiena

Ez litzateke galeretan eta porrotean pentsatu behar, baizik eta behin eta berriz saiatu, aurreko saiakerak zenbat eta ugariak eta mingotsak izan diren kontuan hartu gabe.

Porrot baten ondoren ahalegin berri guztiak ondo

planifikatuta eta intelektualki estimulatzaileak izan behar dira. Gainera, oreka lortu behar da nahi materialen eta irrika .espiritualen artean, batak bestea itzali gabe

Benetako pertsona espiritual batek ezin du arrakasta materialik gabe bizi. Eta inoren kezka materialak ez dira hain handiak, non Jainkoaz pentsatzea eta beharrezko denbora hausnarketari, zerbitzuari eta betebeharrak espiritualei .eskaintzea eragozten dioten

Porrot kronikoak ez ditu oraindik bizitzako lezioak ikasi eta espiritualista berekoiak bere burua zigortzen du oreka mentala galduz, bizitza materialarekiko duen .axolagabekeriagatik

Pertsona batek bere lan eta jarduera guztiak besteak zerbitzatzeko eskaintzen baditu eta gogo-jarrerara asebate batekin burutzen baditu, orduan benetan merezi du kontuan .hartzea eta esker ona

Ez gara aldebakarrekoak izan behar; aitzitik, gure jarduerak orekatu eta gure zereginak eta betebeharrak haien garrantziaren arabera lehenetsi behar ditugu. Betebeharra pertsonak pozik egiten duena da, ez irabazi materialagatik. Betebehar espiritualak eta moralak izan behar .dira lehenak bizitzan

Gizaki orok ustiatu gabeko potentziala du Beharrezko indar guztiak ditu Adimena bera botere gorena da, eta ohitura eta kontzeptu zaharkitu eta mugatzaileetatik askatu .behar da

Pentsamendu gaiztoek pertsona bat ingurune kaltegarri batera eraman dezakete, non nahi duten bezala adieraz dezaketen. Hala ere, pertsona batek bere pentsamenduak eta kontzientzia alda ditzake borondatearen bidez, eta, ondorioz, baita bere ingurunea ere. Pertsona bat ingurune kaltegarri batean denbora luzez badago, ingurune horrek inkontzienteki eragiten hasten zaio. Denborarekin, azkenean ingurune osasuntsu eta osoa aukeratzeko askatasuna

galtzen dute eta ingurune kaltegarri horren eragin
.negatiboen menpe geratzen dira
Planeta eta izarren eragina gizakien bizitzan planeten
eta giza gorputzen arteko erakarpen eta aldarapen
elkarrekintzatik dator. Borondate sendoa dutenak
Jainkoarekin lerrokatuta daude eta ez dute planetek eta
izarrek beren mesedeak emateko zain egoten. Aitzitik,
meteorito zulatzaile baten antzera jarraitzen dute beren
bidaia, Jainkoaren izar gidari izan ezik eragin gabe, hau
.Eguzkien Eguzkia eta Legearen eta arimen Jauna baita

Paramahansa irakasleari bere dizipuluengandik idatzitako gutunak

Inner Culture aldizkariaren XIV . liburukian

Egileek herrialde ezberdinetatik bidalitako gutunak, eta
:horietatik honako hauek atera ditugu

Jakinarazi nahi dizut zure irakaspenen irakurketa
sakonaren bidez

Argitasun espirituala jaso nuen

Beti bilatu izan dudana

Zure irakaspenek zoriontasunaren ateak ireki dizkidate

* * *

Zure baieztapen espiritualak egunero praktikatzen ditut

Pentsamendu negatiboak pixkanaka gutxitzen direla
iruditzen zait

Beldurrak desagertu egin dira

Nire bizitzako une oro gozatzen dut

.Eskerrik asko zure laguntzagatik

* * *

Bedeinkapen asko jasotzen ditut

Zure irakaspen espiritualetatik

Zure gogoetak irakurtzeko irrikitan nago

Nire bizitzan aplikatzen saiatzen naiz

Zure irakaspenak ederrak eta onuragarriak dira

* * *

Zure filosofia zoragarrian aurkitzen dut

Zerk pizten du miresmena eta inspirazioa

Nire eskerrik beroena eman didazun guztiagatik

Laguntzatik eta erosotasun psikologikotik

* * *

Astero jasoko dudala sentsazio izugarria dut

Zure irakaspenetatik ikasgai berri bati buruz

Gozamena eta argitasuna aurkitzen ditut ikasgai
guztietan

* * *

Eskerrik asko bihotz-bihotzez

Nire barnekoa ulertzen laguntzeko

Eta nire baitan dauden botere ezkutuen berri emateko

Eta Jainkoaren argia nire ikuspegiari erakusteko

Zuregandik jaso ditudan irakaspenen bidez

* * *

Oraindik gogoratzen dut zuregana egindako bisita
Lau urtez bizi izan da nire pentsamenduetan
Oraindik gogoratzen dut Jainkoarenganako fede osoa
zenuen

Eta zure gizateriarekiko maitasuna
Neure burua ezagutzen lagundu zidan
Bakarrik nengoela uste nuenean
Ez dut lagunik eta ez dut nirekin sinpatia duen inor
Autokonfiantza eman zidan eta morala igo zidan
Bizitzako egoerei aurre egiteko ausarta izatera bultzatu
ninduen

* * *

.Berrogei urtez
Zientzia eta ezagutzaren hainbat adar ikasi nituen
Baina ez dut ezer lortu ikasketa guzti horretatik
Zure irakaspenetatik ikasi dudanaren pareko zerbaitetan

* * *

Asko etekina ateratzen diot zure irakaspenak
irakurtzeak

Jende kopuru handiagoa bada
Zure ideiak aztertu eta gauzatzen dituzte
Bizi garen mundua izango litzateke
.Hobea dena baino

* * *

Bihotz-bihotzez eskerrak eman nahi dizkizut
Nire bizitzara etorri diren bedeinkapenengatik
Zure irakaspenak arretaz eta arretaz irakurtzen hasi
nintzenetik

Eskerrik asko, eta Jainkoak bedeinka ditzala zure
ahalegin zoragarriak
Eta gizateriari zerbitzatzeko eskainitako zure lana

* * *

Nire arrakastaren alde otoitz egiteko eskatu nizunetik
Nire egoera nabarmen hobetu da
Nire eskerrik beroenak eta otoitz egiten jarraituko
duzuen itxaropena

* * *

Zure azken mezua jaso nuenean
Zalantzaren baso ilun horretan ibiltzen nintzen oraindik
Eta ezin zuen baso hartatik irteteko bidea ikusi
Baina Jainkoari eskerrak, eta zuen otoitz bereziei
Bidea argiagoa bihurtu zen eta Jainkoarenganako fedea
sendotu egin zen
Nire egoera alde guztietatik hobetu zen
Eta mesedez, gogoratu beti nire erantzunak dituzun
otoitzetan

* * *

Zure irakaspenek asko lagundu didate
Eta onura izugarriak lortu nituen horretatik
Eta froga sendoekin frogatu zidaten
Zure baieztapen espiritualen eta pentsamendu
positiboaren eraginkortasuna
Esker oneko sentimenduz gainezka nago
Sentitzen ditudan osasunagatik, pozagatik eta
bakeagatik
Meditazioan egunero aurrera egiten ari naizela sentitzen
dut

* * *

Zure irakaspen zoragarri eta inspiratzaileengatik ez
balitz
Nire bizitza lurreko maila honetan oso mugatua izango
zen

Eskerrak eman nahi dizkizut zure arreta bereziagatik
Azken hiru urteetan eman didana

* * *

Eskerrik asko Kultura Espiritualaren aldizkariagatik
Non egunero aurkitzen dudan bedeinkapena eta
arimaren elikadura

Eskerrak ematen dizkiot Jainkoari zu eta zure
irakaspenak aurkeztu zizkidalako

* * *

Eskerrak eman nahi dizkizuet zuen hileroko
gutunengatik

Azken mezua inspirazioz beteta iruditu zait
Beraz, literatura klasean nire ikasleei irakurtzeko

Baikor erantzun zioten bere edukiari
Guztiontzat zoriontsu izan zen ekitaldia
Oso hunkituta geratu nintzen gutunean sartu zenituen
ideiekin

Hainbeste ezen nire ikasleekin partekatu nahi izan nuen

Mezu honek hausnarketa sakona eragin zuen

Eta arimaren sekretuen barne-ikuskapena

Uste dut arazoak konpontzen lagunduko didala

Eta bizitzako esperientziei zentzuz eta positiboki aurre
egiteko

* * *

Zure irakaspenak baliotsuak dira

Ez dut zure ikasgai bakar bat ere galdu nahi